

ORACIÓN PERSONAL

Benigno Juanes, S.J.

Nihil Obstat

Benjamín González Buelta, s.j. Provincial Santo Domingo, marzo 1997

Imprimatur

Nicolás de Jesús Cardenal López Rodríguez

Arzobispo Metropolitano de Santo Domingo

Santo Domingo.

Título

Oración Personal

Elaboración de portada

Publicitaria Cumbre

Diagramación

Molly Pichardo

Impresión

Amigo del Hogar

Indice

PRESENTACION

PROLOGO

- I. EN LAS FUENTES DE LA ORACION DE JESUS Y LAS CONSECUENCIAS EN LA VIDA DEL CRISTIANO
 1. A propósito de la oración de Jesús
 2. En las fuentes de la oración de Jesús
 3. La estructura interna de la oración de Jesús
 4. Consecuencias para nuestra oración a partir de la oración de Jesús

- II. LA EXIGENCIA DE ORACION DE NUESTRO SER INTIMO
 1. La exigencia de nuestro "ser creador"
 2. La exigencia de la oración por la inhabilitación de la Trinidad en nosotros: La respuesta de una comunión o trato intimo con la Trinidad.
 3. La exigencia de la oración por la "inhabilitación" de la Trinidad en el alma de justo de cada una de las personas

- III. LA EXIGENCIA DE ORACION PARA NUESTRA FRAGILIDAD E IMPOTENCIA PARA SALVARNOS Y SANTIFICARNOS DE NUESTRO SER INTIMO
 1. La exigencia de nuestra impotencia y fragilidad espiritual
 2. La exigencia de la oración para "santificarnos": para transformarnos en Cristo ("cristificarnos"), para realizar la voluntad de Dios.
 3. La exigencia de Dios de comunicarse con sus criaturas e hijos.

- IV. LA ORACION "ASUNTO DE FE" QUE SE HACE VIVA", OPERANTE PARA EL AMOR
 1. La oración es "asunto de amor"
 2. La oración cristiana brota de la fe
 3. La oración cristiana solo es posible en una fe que se hace operante por el amor

- V. LA ESENCIA DE LA ORACION
 1. Hacia una definición esencial de la oración
 2. El fin de la oración
 3. El Dios – Amor de Jesús
 4. La "La esencia" de la oración

- VI. PRETEXTOS PARA NO ORAR
Notas previas
 - 1er. Pretexto: NO TENGO TIEMPO:
 - 2do. Pretexto: NO TENGO GANAS
 - 3ER. Pretexto: ¡HAY TANTO QUE HACER APOSTOLICAMENTE Y YA EL TRABAJO POR EL SEÑOR ES ORACION
 - 4to. Pretexto: NO SIENTO NADA CUANDO ORO ¿PARA QUE PERDER EL TIEMPO?
 - 5to. Pretexto: NO SE ORAR
 - 6to. Pretexto: ¿PARA QUE SIRVE LA ORACION? (O LA APARENTE INUTILIDAD DE LA ORACION)

- RESUMEN: EL PROBLEMA DE LA ORACION DIARIA
 1. Consideraciones
 2. Verdades-sofismas sobre la oración, hoy
 3. Principios

- VII. HE PERDIDO EL HABITO DE ORAR
 1. Una realidad
 2. ¿Por qué se ababona la oración?

- VIII. DIFICULTADES EN LA ORACION
La dificultad para la dispersión y distracción interior:

- IX. COMO ENFRENTAR LAS DISTRACCIONES
LA ACTITUD ANTE ELLAS
 1. Las distracciones que realmente perjudican
 2. Hacer el mensaje de la distracción
 3. Distracciones y sanación interior
 4. Actitudes
 5. Remedios prácticos
 6. Algunas ayudas:

X. LA DIFICULTAD POR LA ARIDEZ Y SEQUEDAD ESPIRITUAL

Notas previas:

1. Noción o en qué consiste la aridez
2. Causas de la aridez espiritual
3. Remedios de la aridez

XI. LAS RAICES PROFUNDAS DE LA DIFICULTAD EN LA ORACION

1. La estructura del amor
2. La estructura de la fe

XII. ORIENTACIONES PARA LA ORACION: TIEMPO, LUGAR, EXTENSION DE LA ORACION, DETALLES DE IMPORTANCIA

1. Necesidad de prepararse para orar
2. Un acontecimiento sorprendente:
3. La materia de la oración:
(Algunos autores designan esta parte "preparación remota"):
4. La "preparación inmediata"

XIII. PREPARANDOSE PARA ORAR

1. Necesidad de prepararse para orar
2. Un acontecimiento sorprendente:
3. La materia de la oración:
(Algunos autores designan esta parte "preparación remota"):
4. La "preparación inmediata"

XIV. CONDICIONANTES INMEDIATOS DE LA ORACION

1. Suscitar el deseo de orar
2. Recogimiento y concentración
3. Complemento: Cristo, Redentor y centro de la meditación

XV. LA ENTRADA DE LA ORACION

1. El primer acto de la oración: Ponerse en la presencia de Dios:
2. Invocar al Espíritu Santo:

XVI. INTENSIFICANDO LA COOPERACION

1. La ofrenda de sí
2. Composición viendo el lugar
3. La petición

PRESENTACIÓN

El P. Benigno Juanes, s.j., viene de una escuela eximia de oración, la ignaciana. En ella se formó y de ella es hoy un experto.

Lo interesante en Ignacio de Loyola es que cuanto él enseña es fruto, ante todo, de una experiencia personal suya. En marzo de 1522 llegaba él a Monserrat. El día 25 al amanecer, después de haber velado toda la noche sus armas de Caballero ante la Moreneta, descendía a Manresa. Cuatro meses pasaría allí dedicado a la oración y penitencia, sobre todo a la oración. Su gran descubrimiento allí fue que la oración es comunicación con Dios y que de acuerdo a lo que se busque hay diversos modos de oración.

Le ayudó mucho un libro exquisito que un benedictino, Fray García Jiménez de Cisneros, primo hermano del gran Cardenal Francisco Jiménez de Cisneros, había escrito pocos años antes. El original lo había escrito en latín pero precisamente en Monserrat, el año 1500, se había hecho una edición en castellanos. Su título era "Ejercitatorio de la vida espiritual". A ese libro le debe mucho San Ignacio.

No negaré yo que en los hermosos tratados sobre la oración que el P. Benigno Juanes nos regala en esta ocasión, hay huella de libros de competentes autores que han escrito largamente sobre esa realidad —orar- de la que decía Alexis Carrel que era tan necesaria al ser humano como el beber o respirar. No es eso, sin embargo, lo más interesante para mí. Lo interesante es que en todo momento, en la obra del P. Juanes se trasluce su experiencia personal, una vida, no tan corta ya, impregnada y perfumada de oración en todos los modos ignacianos que no son poco. El P. Juanes no nos regala, según esto, exclusivamente "saber", sino guiones riquísimos de su experiencia y vida. Valoramos profundamente esto y se lo agradecemos de corazón.

Con su estilo aforístico escribió San Agustín: "Recte novit vivere qui recte novit orare" "el que sabe orar correctamente, correctamente sabrá vivir". La oración repercute fuertemente en la vida de uno.

La oración es coetánea del ser humano y la oración cristiana, coetánea del cristianismo. Dependiendo del fin específico de la oración, ha existido siempre y existen diversos modos o tipos de oración. Una sistematización embrionaria de esos modos aparece ya en los Padres del Yermo pero hay que esperar después al siglo XIV para una sistematización más elaborada y científica. A partir de la Devotio moderna hasta nuestros días es mucho lo que se ha escrito sobre la oración y métodos de orar. Sobre las huellas de San Ignacio, el P. Juanes se luce en saber ir directamente a lo medular de la oración y de los métodos históricos.

Jamás ha sido el P. Juanes amigo de ligerezas y veleidades. Por eso todo cuanto esta obra contiene es serio y sólido. Respecto a la verdad diría que nuestro autor es hasta escrupuloso. Esto hace que se siente en todo momento urgido a precisar y matizar. Basta para convencerse de ello ojear el despliegue de notas y la bibliografía empleada. Es una garantía y descanso.

Cuatro valores embelesan en su obra: la perspicuidad, la hondura, el equilibrio y la unción. La perspicuidad delata el buen profesor que ha sido la mayor parte de su vida; la hondura, su agudez notable, su lucidez y su espíritu inquisitivo; el equilibrio, su serenidad y aplomo en Dios; y la unción, su vibración íntima ante lo divino.

El P. Juanes ha escrito esta magnífica obra —continuación de las anteriores- para la formación de los que integran la Renovación Carismática Católica entre nosotros. Son los principales destinatarios pero no deben ser los únicos. Al ser la vida de todo cristiano vida en el Espíritu, todos cuantos se interesan por su vida espiritual y quieren cultivarla con esmero, deberían leer no sólo este ciclo sino la Colección entera del P. Juanes.

Nos llena de paz y orgullo tener autóctonamente esta obra y a su autor.

Francisco José Arnaiz. S.J.
Obispo Auxiliar, Arquidiócesis de Santo Domingo.

PRÓLOGO

La oración tiene hoy una resonancia especial, en sí misma, puesto que hemos caído en la cuenta de un modo especial, que se trata de una "relación de amistad frecuente e íntima con Aquel del que sabemos que nos ama". Santa Teresa, con su gran sentido de mujer avisada e iluminada por el Espíritu y con el tesoro de su experiencia particular extraordinaria, acertó maravillosamente a darnos en una frase el contenido esencial de toda oración. No hay duda de que se trata de una aventura espiritual que no todos están dispuestos a correr. Pero en ella se encontrará precisamente el vigor y profundidad, la intimidad y el crecimiento en Cristo que obra la acción del Espíritu Santo.

Todo esto no elimina el hecho de que la oración, así como se vivirá muchas veces en un gozo, aun superabundante de Dios, se tenga que soportar en una visión de fe y de soledad ante el Padre celestial. "El cristiano que, más allá de los abandonos y dificultades inherentes a la debilidad humana y al clima de anemia espiritual del tiempo, persevera en la oración, testimonia profundamente que el hombre no vive solamente de la satisfacción de sus necesidades, sino de la Palabra de Dios que le dirige en la comunión con El en la oración". La oración personal nos atrae y nos da miedo a la vez: Nos atrae; porque el hueco, en frase glosada de San Agustín, que Dios ha dejado en cada persona, no puede ser llenado sino es por El mismo. Hay un deseo íntimo de comunicación con Dios en todos, aunque pretendamos suplirlo inconscientemente con otros modos sustitutivos.

La psicología cristiana tendría que investigar este hecho: la auténtica desbandada actual a tantas formas camufladas de oración que se ofrecen y que son utilizadas, muchas veces, con un real detrimento espiritual de las personas.

Nos aterra también la oración porque, si queremos comunicarnos en soledad auténtica con Dios nos arranca a tantas cosas programadas y queridas por nosotros; porque tenemos que disponernos para ella y dar de lado a toda otra ocupación; porque desconfiamos de Dios y nos adelantamos a forjar en nuestro pensamiento y fomentar en nuestra voluntad ideas y sentimientos de las exigencias que El nos va a reclamar y que somos renuentes a darle Y, sobre todo, porque nos ilusionamos con la facilidad que, como por derecho propio, tendemos a reclamar en la oración; pero la realidad nos muestra que, frecuentemente no es así sino todo lo contrario: Las dificultades que nos asedian hoy día, para orar, son muchas. La vida, precipitada, colmada de preocupaciones y ocupaciones: la indiferencia religiosa que nos envuelve y parece no dejar un rincón para Dios; el conformismo de tantos que van a la zaga de lo que los demás hacen y piensan... Quien decide seriamente consagrar un tiempo al Señor fácilmente pasa ante los demás por una persona al margen de la realidad de la vida...

Y, sobre todo, la oración está expuesta al deseo, al plan, a la total libertad de Aquel que anhela comunicarse con nosotros: a su deseo de purificarnos, de hacernos pasar por el camino mismo de Jesús, por un ejercicio de amor que se manifestará en la desnuda fidelidad. Dios, a su tiempo, nos hará vivir en sorprendente intensidad la realidad de su amor, y actuará en nosotros en gozo y felicidad indescriptible Y más aún, nos irá labrando golpe a golpe, día a día a imagen de su Hijo Jesús (Rom 8, 28).

Algo que es preciso tocar por ser la piedra de tropiezo de muchos. Para no pocos cristianos su vida parece resumirse en la lucha por la justicia. ¿Quién duda de la legitimidad, de la urgencia, de la necesidad de esta acción que nace del corazón mismo de una fe viva y actuante? Se sienten obligados, en verdad, en nombre del Evangelio. Pero nuestra pregunta es: ¿Se puede vivir en cristiano esta dimensión sin una auténtica oración? La motivación verdaderamente original del cristiano: el ejemplo del mismo Cristo, argumento original del cristiano: el ejemplo del mismo Cristo, argumento supremo para toda empresa y actitud espiritual; el de los santos más comprometidos, que captaron la necesidad de su tiempo de un modo especial, las urgentes recomendaciones de la Iglesia actual, de todos los fundadores y fundadoras de congregaciones dedicadas a la asistencia social... ¿No son capaces de interrogarnos sobre la orientación verdaderamente evangélica de nuestro compromiso? ¿No están proclamando la necesidad de armonizar ambos elementos? ¿De que para un cristiano lo segundo nace espontáneamente y con vigor de una oración en la que Dios ha estado en comunicación íntima con nosotros y nos ha infundido los sentimientos de su Hijo Jesús, los suyos que vela y quiere realizar sus designios a través de nosotros? Dejamos la respuesta a la reflexión personal, a la experiencia, a la iluminación del Espíritu en nosotros.

La oración nos ha parecido tan capital para la santidad personal y para la transformación del mundo, también del nuestro, que nos ha urgido a emprender esta obra. Pero la razón fundamental para un cristiano creo hallarse en el hecho de que somos hijos de Dios y necesitamos comunicarnos con nuestro Padre, en su Hijo Jesucristo, puestos bajo la guía del Espíritu.

Tales razones nos han parecido tan fundamentales que justifican esta empresa, por más que de la oración hoy se haya escrito tanto y tan excelente.

Nuestro designio va por otro lado... *Deseamos ofrecerá nuestros hermanos de la Renovación Carismática y a todo cristiano, algo así como una guía un tanto detallada de la oración.*

Por eso abordamos en cuatro volúmenes temas que juzgamos importantes teóricos y prácticos sobre la oración.

Lo que ofrecemos no es tanto cosecha personal cuanto síntesis de quienes con más autoridad han reflexionado sobre la oración y han tenido una experiencia personal profunda de ella.

Los dos primeros tomos abordan cuestiones de tipo teórico, importantes en sí, y que preparan el camino a los dos siguientes de tipo práctico.

Aunque parezca exigencia importuna pedimos a los lectores no pasar de ligero sobre las páginas. Cuanto se refiere a la oración pide, de un modo especial, irlo interiorizando. De ello se valdrá el Espíritu para suscitar en nosotros un profundo deseo de comunicarnos con Dios. Y toda nuestra vida será hondamente transformada, y nuestro trabajo por el Reino será vivificado más allá de nuestras expectativas.

No creemos que esté fuera de lugar este tomo y los siguientes, dedicados a la oración personal en la colección "Torrentes" que aborda toda ella temas relacionados con la Renovación Carismática católica. Al contrario, nos parece que complementamos la misma oración comunitaria de los grupos de oración, que la experiencia ha atestiguado, por años, los frutos preciosos que pueden producir.

El lector encontrará, y no se nos han pasado desapercibidas las repeticiones a lo largo de toda la obra. Esto obedece al hecho de que los diversos temas creemos que están muy relacionados entre sí y resulta difícil no tocar, aunque sea ligeramente, ideas ya anteriormente tratadas. Otra causa es el hecho de la importancia que revisten ciertos aspectos que parecen estar pidiendo ser aludidos brevemente para que el lector los vaya asimilando paulatinamente en su lectura ordenada a la práctica.

Desearíamos que esta nota aclaratoria la tuvieran presente los lectores, si les pareciere que esto mismo lo encuentran en los tomos que seguirán sobre la oración. Sin querer justificarnos, entendemos que una discreta repetición, cuando se trata de temas importantes, es más bien beneficiosa. Incluso moderadamente empleada, puede ser una metodología laudable, que ayude no poco a los lectores, aun a los que ya tienen ciertos conocimientos de la materia que se trata. Una vez más, queremos manifestar nuestro agradecimiento a cuantas personas están contribuyendo a que sea una realidad esta Colección "Torrentes", ahora, en particular, los tomos que abordan el tema de la oración.

I. EN LAS FUENTES DE LA ORACIÓN DE JESÚS Y LAS CONSECUENCIAS EN LA VIDA DEL CRISTIANO

1. A propósito de la oración de Jesús

Aun a riesgo de repetir ideas ya expuestas en instrucciones precedentes, intentamos profundizar, aunque sea brevemente, en un tema tan capital para el conocimiento de Jesús y sus consecuencias en la vida cristiana.

El centro de la vida y de la persona de Jesús es su continua comunicación con el Padre

Esta afirmación, formulada por un teólogo de la categoría del Cardenal Ratzinger, le da una fuerza especial, sobre todo por ir cimentada sobre la base segura de la Escritura.

A Cristo se le dan multitud de títulos. Entre ellos, la Iglesia, desde sus mismos comienzos, elige guiada por el Espíritu, uno que halló ser la expresión principal de su personalidad y de su misterio: "Hijo de Dios". A partir de esta elección ocupa el centro de la confesión cristiana.

No fue hecha al azar: la Iglesia sabía, por la unción y la inspiración del Espíritu, bajo cuya guía y asistencia lo hacía, que con ese título expresaba de la manera más exacta, y, a la vez, más sencilla, lo que realmente fue el centro de la vida de Jesús.

A partir de esta persuasión iluminada, todos los evangelistas dentro de la teología que les es propia, intentan penetrar en su misterio, discreta y respetuosamente.

Una vez terminados los quehaceres diarios, se retira en soledad a comunicarse con su padre (Mc 1,35; 6,46; 14, 32.35.39; Mt 14,23; 26,36; Le 6,12; 9,28). Esta profusión de indicaciones muestra que Jesús, a parte de las oraciones culturales y prescripciones piadosas de su tiempo, que cumplía, y de la oración que acompañaba a sus grandes decisiones, indica fuertemente que la oración está presente constantemente en su vida y la acompaña en su existencia diaria.

Ratzinger señala tres acontecimientos capitales en la vida del Señor que, simultáneamente nos manifiestan otros tantos aspectos fundamentales:

1º: Constituyen el centro de la historia de Jesús.

2º: Proceden del núcleo mismo de su persona. Por tanto, en ellos se apoya, especial no exclusivamente, la elección del centro de la confesión cristiana.

3º: Lo íntimo, lo central de su persona se manifiesta en ellos y nos muestran, a la vez, que el núcleo de la misma es su *comunicación con el Padre*.¹⁻²

1. J. Card. Ratzinger, Orientaciones teológicas, Medellín, n. 37, marzo. 1984, 3-4.

2. "Evidentemente, Jesús sólo pudo hablar así de Dios, vivir de Dios y para Dios, porque su relación con él era verdaderamente única. Según el testimonio de los Evangelios, la relación de Jesús con el Padre es distinta de la que tenemos nosotros. En ningún momento los Evangelios nos presentan a Jesús mezclado indistintamente en el círculo de los demás devotos; al contrario, lo sitúan en un lugar aparte, lo cual hace que a diferencia de los otros que oran (Cf. Mc 6,46; 14,32-42; Jn 17,1), su relación con el Padre es tan peculiar) 'única que nunca está en el mismo nivel que los discípulos. Nunca dice: "Padre nuestro" en el sentido de igualarse a los hombres. Siempre dice: "Mi padre", "vuestro padre" o "el padre". Después de la resurrección Jesús dice a María Magdalena: "Anda, ve a mis hermanos y diles: "Subo al Padre mío padre vuestro, al Dios mío y Dios vuestro" (Jn 20,17); cfr. G. Maggioni, "Oración", en: Nuevo Diccionario de Teología bíblica, Edic. Paulinas, Madrid, 1990, 1334- 1339.

Conferencia episcopal alemana, Catecismo Católico para Adultos, Biblioteca de Autores Cristianos, Madrid, 1988,78.

Estos tres acontecimientos fundamentales, enumerados por el teólogo citado, son los siguientes, pero sin ser en modo alguno, exclusivos:

"La expresión que resume la buena nueva de Jesús sobre Dios es el hecho de que Jesús habla con *Dios como Padre de un modo completamente único* y nos enseña a decir: "Padre nuestro" (Mt 6, 9; Cf. Lc 11, 2). Jesús, en su conversación con Dios, se atreve incluso a utilizar una palabra familiar y penetrada de entrañable confianza: "Abba". (Cf. Mc 14, 36). La comunidad primitiva estaba convencida de que Jesús hace aquí que la palabra "Abba" fuera para ella una palabra sagrada; tanto que la ha transmitido a los textos griegos en su transcripción aramea original (Rom 8,15). Por esta razón, la Iglesia pensó firmemente desde el principio que *lo auténtico y específicamente cristiano consiste en una comunicación íntima y personal con Dios, en tomar conciencia de que somos hijos e hijas de Dios*. Al mismo tiempo, el cristiano debe saber que el que llama a Dios "Padre", tiene hermanos y hermanas; nunca está aislado y solo ante su Padre. De este Padre común surge la nueva familia, el nuevo Pueblo de Dios como comienzo de una humanidad nueva".¹

³ Conferencia episcopal alemana, Catecismo Católico para Adultos, 65-66.

1º: *El llamamiento de los doce*: (Mc 3,13-19; Lc 6,12-16). Son los doce predestinados por el Padre. Jesús ora durante toda la noche para "discernir" a la luz del Padre celestial, quiénes son los que El ha elegido desde siempre. Son los doce que expresan el misterio del pueblo de Israel, constituido por doce tribus, que ha rechazado al enviado del Padre.

Este momento, supremo en la vida de Jesús, "debe considerarse como el momento en que la Iglesia comenzó a nacer". Esto es lo que fundamentalmente explica la importancia del orar de Jesús en íntima comunicación con el Padre.

"La Iglesia nace en la oración en la que Jesús se entrega al Padre y el Padre entrega todo al Hijo. En esta íntima comunicación está el primer origen de la Iglesia y su sólida firmeza".⁴

2º: *La confesión de Pedro en Cesáreo de Tíjipo* (Mt 16, 13-20; Lc 9,18-20).

En este episodio es donde, a su juicio, se apoya el origen de la confesión cristiana: A la pregunta de Jesús, "responde Pedro con aquella confesión que aún hoy con él la Iglesia pronuncia. De esta confesión vive la Iglesia, porque en esta confesión se le manifiesta junto con el misterio de Jesús, el misterio de la vida humana, el misterio de la historia del mundo, a partir del misterio de Dios. Esta confesión une a la Iglesia y, como signo de esta unidad, Jesús, en este momento, a Simón, que hace tal confesión, le nombra y le designa Pedro. Por tanto, la confesión de Pedro puede, con razón, llamarse el segundo paso en el nacimiento de la Iglesia",⁵ pero también aquí hay una raíz profunda de cuanto parece ocurrir en la superficie: Jesús se había retirado a orar (Lc 9,18). En el evangelista, lo que podría juzgarse dicho como de paso, tiene una importancia capital:

En primer lugar, supuesta la importancia del paso que Jesús va a dar, sería salirse de su modo habitual de proceder: emplear un tiempo privilegiado en la comunicación íntima con su Padre celestial. En ella, a la vez que lo consulta, expresa, sobre todo, la realidad más profunda de sí: "ser Hijo".

Por otra parte, la confesión cristiana, a la luz del Espíritu, entiende el misterio de Jesús, principalmente, a partir de esa comunicación íntima de Jesús con el Padre y deduce la consecuencia fundamental para el cristiano de que realizar su propia identidad es seguir el ejemplo de Jesús. Esto, a la vez, es haber descubierto la esencia de aquel a quien imita.

4. J. Card. Ratzinger, o. c., 4.

5. J. Card, Ratzinger, o.c, 4.

3º *La transfiguración de Jesús* (Lc 9,28-36; Mc 9, 1-10; Mt 17, 1-13). En ella aconteció la participación de la gloria divina por la Humanidad de Jesús. Sucedió, según Lucas, durante la oración.

Viene a ser el misterio de la unión entre predicación del mensaje y la oración en Jesús; el anticipo de la manifestación de la glorificación suprema en la "parusía" (Me 9,1). Y ambas realidades tienen su raíz en la filiación divina de Jesús.

Parece que San Lucas está insinuando lo que más arriba se dijo: que en la Persona de Jesús, el centro de su vida hay que irlo a buscar en su oración, en la comunicación íntima con el Padre.

De aquí se puede deducir en una conclusión sorprendente por su originalidad, riqueza y trascendencia cristiana, que la Cristología viene a tener su contenido más íntimo y "comprensivo" en la captación e interpretación de la oración en el Espíritu.⁶

Hemos seleccionado algunos aspectos fundamentales de la oración de Jesús, pero hay otros, también importantes: El Bautismo, (Lc 3, 21-22); la multiplicación de los panes (Mt 14, 22-23); la resurrección de Lázaro, (Jn 11, 41-42); la Última Cena, (Jn 14ss.); Getsemaní, (Lc 22ss.); La Cruz, (Mc 15, 34). Cada uno tiene su aspecto peculiar y la oración de Jesús se presenta especialmente multiforme y rica en enseñanza para nosotros.

2. En las fuentes de la oración de Jesús

"La experiencia de Dios como *Abba* (Padre querido) y la entrega radical al *Reino* de Dios nos ofrecen, sin duda, el núcleo de la personalidad de Jesús (...). Y ahí hemos de buscar también el contenido más original (y la fuente) de la oración de Jesús".⁷

6. J. Card. Ratzinger, o. c., 4; Cfr. A. Stoger, *El Evangelio según San Lucas*, Herder, 1970,1,262-263, Romano Guardini, *El Señor II*, Patmos, 1965,126-140.

A. La necesidad de expresar su "filiación" ante el Padre por una comunicación íntima y en una confianza radical y absoluta.

El modo de dirigirse a Dios, llamándolo *siempre* "Padre", a excepción del grito de la Cruz, cita del Salmo 22, es un argumento indiscutible de que Jesús *acostumbraba* a llamarlo con este nombre. En sus labios tiene un sentido totalmente único; Jesús era consciente de su inalienable realidad de Hijo de Dios y así se expresa en su oración, en su invocación (Mc 14, 36; Mt 11,25-26; 26, 39-42; Lc 10, 21; 11, 2; 22,42; 23, 34-36). Es la manera de expresar plenamente lo que es: Hijo unigénito; de manifestar y realizaren plenitud su identidad íntima, Hijo; de reconocer, a la vez, la realidad más esencial de Dios: su Padre, con cuanto conlleva en el Padre perfección infinita y fuente de toda paternidad.

"Este Padre es el horizonte último desde el que se comprende a sí mismo y hacia el que vive su existencia entera".⁸

Por eso:

Su oración, está tan llena de confianza filial y de respetuosa, sencilla y desbordante familiaridad, que siempre será un misterio inaccesible para nosotros, al que solamente podemos "aproximarnos" con su gracia.

Dios, su padre, es para él no sólo el sentido último de su persona, de su actitud, de su misión, es también todo lo mejor, la infinita perfección: la misericordia, la ternura, la providencia, el perdón... "Jesús no entiende a Dios como la instancia ante la cual se puede merecer algo, sino como el hecho en el cual el hombre malo y desesperado recibe futuro y esperanza".⁹

7. J. A. Pagóla, *Cómo oraba Jesús*, Sal Terrae, abril, 1984, 262.

8. J.A. Pagóla, o. c., 263.

La relación suprema de Jesús con el Padre, que expresa en la misma palabra con que a El se dirige "Abba" es el amor: Amor del Hijo que se sabe eternamente engendrado por el Padre en el amor, eternamente amado infinitamente y al que quiere responder en un amor que exprese todo lo que El es para el Padre y cuanto el Padre es para El.

En este dirigirse al Padre en la plenitud de su amor que se hace obediente, como suprema manifestación de su filial y voluntaria sumisión (Fil 2,5-11), se acepta a sí mismo como Hijo.

Con ello, Jesús reconoce no sólo su más íntima realidad; manifiesta su indeleble persuasión de haber recibido y estar recibiendo constantemente su existencia del Padre; de saberse "incrustado", enraizado, vuelto sustancialmente, rodeado del amor del Padre y llamado desde el fondo de su ser a una confianza ilimitada. Y en todo ello Jesús encuentra la explicación exhaustiva de su misterio y el íntimo gozo de comunicarse con el Padre.¹⁰

"Sabemos poco de lo que sucedía cuando Jesús se iba solo a las montañas a orar; pero el relato evangélico me lleva a creer que aquellas noches se pasaban en comunión amorosa con el Padre en el Espíritu e intercediendo por el mundo. Quizá su oración fuera, a veces como la de Getsemaní, y otras como la del monte Tabor; pero en cualquier caso, estaba dominada por el amor al Padre, amor que llega a su climax en estos capítulos místicos del cuarto Evangelio, en que Jesús habla de la inhabitación del Hijo en el Padre: Jesús mora en sus discípulos y sus discípulos moran en él, y todos moran en Dios y Dios mora en todos".¹¹

9. H. Braun, *Jesús, el Hombre de Nazaret, y su tiempo*, Sigüeme, Salamanca, 1975,108.

10. Crf. *Oración y Misión*, J. Luzdraga, Mensajero, 1978, 95-104.

B. Al servicio del Reino en sus hermanos

La oración de Jesús fue, ante todo, un escuchar, un atender al llamamiento del Padre: este llamamiento era fundamentalmente la misión histórica de salvación para la redención del mundo. Y ésta tiene su fundamento profundo en el "llamamiento eterno intratrinitario".

Jesús, siendo verdadero hombre y teniendo una historia, percibía constantemente la misión encomendada por su Padre y de una manera distinta en cada nueva situación.

El llamamiento del Padre, al que El responde en filial y libre obediencia aparece insinuando en los evangelios en distintas ocasiones:

- Al quedarse, adolescente, en el templo (Lc 2,49).
- Al ir al desierto una vez recibido el Bautismo de Juan (Mc 1,12).

En otras diversas ocasiones, pero formulado de un modo sintético, siempre que advertía que su "hora" no había llegado aún, (Jn 2,4) o que ya había llegado (Jn 12,23; 17,1).

Jesús comprendió, en el trato íntimo con su Padre, que no le era posible aceptarse como Hijo sin reconocerse y vivir plenamente como hermano entre los hombres. El conocimiento eterno, se hizo temporal en su conciencia humana y asumió esa realidad desde dentro con plena entrega y disponibilidad (Fil 2,5ss.).

Por eso:

Su oración es también total solidaridad con sus hermanos, especialmente de cuantos necesitan el perdón, de la providencia, del amor... del Padre a través de El.

11. W. Johiiston, *El ojo interior del amor*, Edic. Paulinas, Madrid, 1984, 54.

Por eso, no debe sorprendernos la insistencia con que llama a nuestra puerta una y otra vez para que perdonemos, devolvamos bien por mal, oremos por los que nos persiguen, le sirvamos en nuestros prójimos, etc. (Mt 5,44; Me 9,28-29; Lc 10,21; Mt 25,31 ss).

"Esta solidaridad fraterna con los más pobres es la que ha de "cristianizar también hoy nuestra oración".

Por eso, el sentido esencial y sanamente optimista de la oración de Jesús: porque ve en el Padre un Dios que quiere reinar entre los hombres por el amor y el perdón y ve que no obstante las dificultades, se va haciendo realidad su Reino entre los hombres, y hermanándolos entre sí bajo la mirada paternal del Dios del amor.

Por eso, El no busca la imposición brusca del Reino. Se halla siempre atento a descubrir la voluntad del Padre, para aceptarla y realizar el cumplimiento del Reino aun en las circunstancias más arduas y dolorosas (Mc 14,36).

Por eso quiere dejar bien claro a los suyos, con su ejemplo, en el testamento de su pasión y muerte y de toda su vida, "que los que oran 'en el Espíritu del Señor' no lo pueden hacer volviendo la espalda a los que sufren. Nuestra oración es cristiana si vamos aprendiendo a orar no solamente por los pobres y desgraciados, sino a orar con ellos. Esa oración combate nuestra tendencia a huir, como por instinto, de la compañía de los desgraciados y de los que sufren".¹²

C. La búsqueda de la voluntad del Padre

La religión judía, afirma J. Galot, es concebida, en primer lugar, no como una rectitud moral sino un "pertenecer" a Dios.

Este pertenecerle abarca todo su ser, toda su existencia y todas sus obras. Jesús lo realiza de un modo total y fundamental, asumiendo la naturaleza humana en su naturaleza divina.

12. J. B. Metz, *Invitación a la oración. Solidaridad en el dolor y el compromiso*, Sal Terrae, citado por J. A. Pagóla, o. c., 266.

"Pero además esta humana naturaleza estaba totalmente al servicio del Padre de modo que pueda realizar sus obras a través de este servicio. Cuando Jesús declara que el "ha sido consagrado" por el Padre y enviado al mundo (Jn 10,36), deseaba manifestar a sus enemigos que Él verdaderamente ha cumplido las obras del Padre y que en verdad era Hijo de Dios.¹³ "Esta es otra perspectiva para visualizar la oración de Jesús, que completa las anteriores".

De aquí necesariamente se deduce que todo el clima de la oración de Jesús es realizar la voluntad del Padre; el cumplimiento de la misión, el llevar a cabo la voluntad salvífica del Padre.

Esta actitud dinamizadora de su oración está íntimamente unida a su ser de Hijo que todo lo recibe del Padre y cuya disposición fundamental es vivir en obediencia filial.

Su lenguaje, en este sentido, no puede ser más expresivo. San Juan, sobre todo, lo expresa con una fuerza e insistencia que indica estar tocando algo básico e insustituible. San Lucas, a su vez, presenta a Jesús realizando concretamente la disposición "esencial".¹⁴

La oración en Jesús no es sólo necesidad de expresar su intimidad filial con el Padre, es también búsqueda del Reino conforme a la voluntad del Padre y adherirse a ella consciente, obediente, filialmente. La oración de Getsemaní es el ejemplo más sorprendente de esta actitud interior de vivir en todo la voluntad del Padre, aceptar ser instrumento libre, asumiéndola totalmente (Mc 14,36).

Si nos detenemos en las expresiones del Evangelio de Juan encontramos un caudal inexhausto de su disposición.

13. J. Galot, *Who ist Christ?* Gregorian University Press, 1980, 376.

14. J. Luzárraga, o. c., 107.

Citamos algunos textos clásicos: (Jn 4,31; 14, 31; 10,17s.; 12,50; 6,57; 4,10).

Jesús realiza en su oración la unidad perfecta entre acción conforme al plan de Dios, y contemplación en la comunicación más íntima con el Padre. Esto supone una purificación de todo lo que se interponga. "Por eso el evangelista hace notar en la Persona de Jesús una purificación total de todo impedimento, una ausencia de todo aquello que pudiera impedir el que Jesús se sintiera en su acción perfectamente dinamizado por la contemplación".¹⁵

Busca únicamente la gloria del Padre (Jn 5,30.34.41; 8, 50); Jesús no se precipita, sabe esperar sosegadamente su "Hora" (Jn 2,4; 11, 9s; 4, 40, 7, 8).

Su gran creatividad está suscitada y realizada por el plan y dentro del designio del Padre (Jn 5, 19.30; 7-17).

Ni se mueve por apariencias ni se deja conducir por triunfalismos (Jn 7,15; 8, 23; 6,15. 66, 7,3s.).

Todo en Él, también su rica sensibilidad, se halla bajo el sereno dominio de realizar la voluntad del Padre. Esta actitud confiere a su oración no sólo una nueva motivación, sino también constituye una nueva fuente de gozo y de paz íntima aun en medio de las renunciaciones y sufrimientos más arduos.¹⁶

Para encontrar el justo "camino" de la oración, el cristiano debe considerar lo que se ha dicho precedentemente a propósito de los rasgos revelantes del camino de Cristo, cuyo "alimento es hacer la voluntad del que le ha enviado y llevar a cabo su obra" (Jn 4,34).

Esta es la unión más estrecha e íntima -traducida continuamente en oración profunda- que Jesús vive con su Padre. La voluntad del Padre le envía a los hombres, a los pecadores; más aún, a los que le matarán. Y la forma de estar más íntimamente unido al Padre es obedecer esa voluntad.

15. J. Luzárraga, o. c., 107.

16. J. Luzárraga, o. c., 108.

Sin embargo, eso no impide de ninguna manera que, en el camino terreno, se retire también a la soledad a orar, para unirse al Padre y recibir de Él nuevo vigor para su misión en el mundo (...) Toda oración contemplativa cristiana remite constantemente al amor al prójimo, a la acción y a la pasión, y, precisamente de esa manera, acerca más a Dios". Jesús en su transfiguración sobre el Tabor, no permanece allí a pesar de la sugerencia apasionada de Pedro. Más aún, en su misma glorificación por el Padre, se evoca su Pasión (Lc 9,31).¹⁷

3. La estructura interna de la oración de Jesús

Todo lo anterior y cuanto diremos más adelante, condiciona la estructura de la oración de Jesús. Su oración es una respuesta al llamamiento del Padre que ha escuchado: La "obediencia amante": (Jn 4, 34; Lc 3, 21; Mc 1, 25; Lc 6, 12; 9, 18; 9, 28; Mt 26, 36ss.).

La oración de Jesús es la repetición y la intensificación de su oración al entrar en el mundo (Hebr 10,5). Esta primera oración "comprende ya su total, definitiva e irrevocable respuesta al llamamiento del Padre. Porque Él es, desde el primer día de su existencia, un *comprehensor* en el cielo, en el seno del Padre (Jn 1,18).

Cada oración de Jesús proviene, por tanto, "de su inmediata proximidad a Dios, de su singular conciencia de Hijo, la cual le permite, aun en los momentos más difíciles de su vida, exclamar con toda espontaneidad: "Abba, Padre mío querido" (Mc 14,16; Lc 23,46). Y entregarse a Él incondicionalmente. Pero es también, *viator*: peregrino en camino hacia Jerusalén (Lc 9, 51), hacia el Padre, para sellar con su muerte su total entrega a la voluntad de salvación del Padre.

17. Card. Ratzinger, Carta de los Obispos católicos sobre algunos aspectos de la meditación cristiana, L'Osservatore Romano, 24 dic. 1989, n. 13.

Tiene que ser y lo es, el *oyente* por excelencia de la Palabra del Padre que se le dirige de una manera única: Jn 5, 30; 5, 19; 17, 8).

En Jesús, al crecer su experiencia de la vida, crece también su conocimiento experimental de la palabra de salvación: cómo lo alcanza, lo pone a prueba, lo convence de su impotencia como hombre. Por eso toda nueva respuesta de Jesús lleva en sí este crecimiento. No es una simple repetición, sino creciente esclarecimiento y entrega voluntaria, que resulta de la acción digna, del Espíritu Santo en él (Hebr 5,7-9; 2,18). La entrega final de Jesús (Lc 23,46) "es el último fruto de su sacrificio total, la respuesta universal al ofrecimiento de salvación hecho por el Padre a la humanidad pecadora. El Padre acepta esta respuesta; ésta vuelve ahora junto a él. Lo que había dicho en el Bautismo de Jesús (Lc 3,21 s.; Mt 17,5), comienza a hacerse realidad en lo que Jesús había afirmado Jn 1,51). "La apertura del cielo es el fruto de la oración de Jesús".

Sobre este fondo se comprenden y alcanzan su sentido las diversas *formas* de oración de Jesús: petición, alabanza, acción de gracias,... Todas ellas están contenidas y dimanan de su amorosa obediencia de Hijo: La respuesta fundamental de Jesús a su ser esencial de Hijo del Padre celestial, a su misión que le fue encomendada por el mismo Padre. Son el desarrollo y coronamiento.

Jesús oró siempre como *nueva Cabera de la humanidad* a la que venía a rescatar y en la que estaba inserto por su Humanidad. Su oración tenía, necesariamente, carácter intercesor y esa intercesión, por ser de quien representa a la humanidad e intercede ante el Padre en calidad de Hijo unigénito, a quien se le ha dado la misión de reconciliar, no podía menos de ser escuchada (Lc 22,32; 23,34; Jn c.17; Lc 10, 21; Jn 11, 41; 12,28; Hebr 4,4-5, 10).¹⁵

18. Cfr. Conceptos fundamentales del cristianismo, II, 192-196, F. Wulf, "Oración", Edic. Cristiandad, 1979; Cfr.J. Guillet et D, Mollat, Apprendre a prier, Paris, 1977.

4. Consecuencias para nuestra oración a partir de la oración de Jesús

En Cristo y por su oración, ha alcanzado un nuevo y elevado sentido la apremiante palabra: "Escucha, Israel" (Deut 6,4ss.). Esa palabra hay que escucharla de su boca (Jn 5, 24; 12, 48) y el Padre, lleno de gozo, lo confirma apremiantemente (Mc 9, 7).

La oración del Nuevo Testamento es una respuesta inmediata a la Palabra, al llamamiento de Cristo. De otro modo: se puede orientar o ser la oración dirigida a Cristo o la oración dirigida al Padre por medio de Cristo (Hech 7, 59s.; 1 Cor 16, 22; Ap 22,20s.; Rom 10,12). El mismo Cristo, que habita en los corazones de los bautizados (Ef 3,17), es quien sugiere esta invocación. Por San Juan nos insta a pedir al Padre en su nombre, en la realidad toda de su Persona, que posee el poder y el amor para cumplir cuanto le pedimos (Jn 14,10-14). Pero, también nos anima a pedirle a El directamente, porque su identidad con el Padre es verdadera. Solamente existe distinción de Personas, en la realidad íntima del Padre y del Hijo.

La oración cristiana es, por su sentido final, una oración dirigida al Padre por medio de Cristo (Ef 5, 20; 3, 12; Col 3, 17) en el Espíritu. El ha abierto el camino que lleva al Padre (Hebr 10, 19s.).

La "intimidad y confianza" en el trato con Dios son las características propias de la oración cristiana. Tienen su fundamento indestructible en la unidad del cristiano con Cristo (Jn 15,1-8; Gal 2,20), y en la nueva realidad de la gracia concedida en el Bautismo: la gracia de estar "en Cristo Jesús", tan repetida por San Pablo.

Fundamentalmente es la participación en Cristo, por el Espíritu Santo, de la filiación del Hijo unigénito del Padre. Cuando así se ora, el cristiano está tocando la raíz más profunda, la motivación esencial de su oración, la exigencia más insustituible de su plegaria: comunicarse con su Padre celestial, a ejemplo de Cristo, para expresarle lo más íntimo de su ser: su *filiación divina*.

Cuando así ora, puede penetrar en el corazón del Padre y participar de su amor misericordioso. Puede tener la certeza de ser escuchado, cuando ora en el nombre de Jesús, porque son dos los que claman: el hijo que participa de la vida del Padre en Jesús y Jesús mismo que hace suya la oración del que está unido a El y por El al Padre (Mc 11,14; Jn 14,13s.; 15, 7.16; 16, 23-26).

La expresión "en el nombre de Jesús" no incluye sólo hacer la oración en comunión con Jesús, sino también "con los mismos sentimientos de Jesús": tener las grandes aspiraciones de Jesús en su oración, que las resumió maravillosamente en el Padre nuestro.

Por eso la oración cristiana no es sólo una orientación fundamental hacia Dios, sino también hacia sus hijos. Nada hay tan comprometedor como la oración a Dios Padre, la comunicación íntima con Él; en ella asumimos los sentimientos e ideales de Jesús. Ella nos transforma en él y nos va dando sus mismos compromisos en el orden e importancia con que estuvieron presentes en la suya. Por tanto, el compromiso especial con los "pequeños", con los más necesitados entre sus hijos.

La oración cristiana es, en último término, una oración en el Espíritu Santo: en el Espíritu del Padre y del Hijo (Rom 8, 26-27; 16,15). Dejarse guiar por Él es abandonarse en la voluntad del Padre, objetivo definitivo de la oración de Jesús; y ser llevado a la experiencia más profunda de la oración.

Si Cristo y el Espíritu son los autores y sujetos de la oración cristiana, ésta se realiza en la *Iglesia*. Es el mismo Cristo que sigue viviendo en la tierra, "la gran orante en presencia del Padre" (Ef 3,21).²

La oración fundamental cristiana es **la Eucaristía**. Para la primitiva comunidad eclesial era la oración distintiva y a partir de ella, las demás oraciones del Antiguo Testamento, fueron elevadas y superadas en ella.

También, en el transcurso de la Iglesia, ha permanecido en este mismo puesto y ha llegado a su perfección (SC., 6,10). Aquí se manifiesta en toda su profundidad el significado del hecho de que el mismo Dios sea el iniciador de la oración. Solo Dios pudo hacer posible que el hombre fuera capaz de encontrarse con Él cara a cara y corazón a corazón, y hablar con Él "como un amigo habla con su amigo" (Ex 33, 11).

La oración en último término, es la aceptación amorosa de la voluntad de Dios, en respuesta amante a su llamada. Así todo el ser del cristiano queda abierto a Dios, aunque en ese "salimos al encuentro primero Dios mismo" ha sido abierto sobrenaturalmente por el Dios de la gracia para su salvación. En esta apertura a Dios, en el encuentro con Él, está siendo influido mediante la paz y el gozo del Espíritu, a través de la experiencia "en fe", y es transformado en la imagen de Jesús por la acción del Espíritu.

En los actos de fe, esperanza y caridad, por los que el hombre actualiza la presencia de Dios, el orante hace asequible la tendencia de su sobrenatural trascendencia. Y esto es la oración o, al menos, el aspecto más fundamental de ella.

Por esto, se puede afirmar con E Wulf: "La historia personal de la salvación de un hombre es, por tanto, la historia de su oración". Tal vez ninguno de los orantes de la tradición cristiana haya descrito este proceso con mayor exactitud que Agustín cuando escribe en sus *Confesiones*: "Mira, Señor, mi oído interior se encuentra en Ti. Ábrelo y di a mi alma. Yo soy tu salvación. Yo correré tras esta voz y la alcanzaré. No me escondas tu rostro".²⁰

19 F. Wulf, a. c., 192-196; J. A. Pagóla, a. c., 259-262.

El último por qué orar es la persona misma de Jesús. La respuesta más convincente es que Jesús oraba. No tenía necesidad de orar, pero el Evangelio nos dice que oraba y por largo tiempo. Si hemos conocido a Jesús, quién es verdaderamente para nosotros, no podremos menos de orar.^{21»22»23»24}

20. EWulf, a. c., 196-197.

21. Card. Martini, El Evangelio eclesial de San Mateo, Edic., Paulinas, Bogotá, 1984, 125.

22. Recomendamos vivamente la excelente obra del gran exegeta, I, de la Potterie, La preghiera di Gesù, Secretariato Nazionale dell Adp. Roma, 1991. Sigue paso a paso los testimonios del Evangelio, penetrando progresivamente en el misterio de la oración -y de la conciencia- de Jesús.

23. Hubiera sido sumamente provechoso poder insertar citas del extraordinario libro del de la Potterie, "La Preghiera di Gesù". Pero no ha sido posible dada la riqueza y, por tanto, la extensión que hubiera exigido.

Baste citar los capítulos (algunos) de dicha obra que dedica más expresamente a la oración de Jesús:

- El cuadro externo (de la oración de Jesús). Los sitios en los que Jesús oraba. Los momentos en los que Jesús oraba.

La actitud externa de Jesús en la oración. El secreto de la oración de Jesús. Jesús, Hijo de Dios, ¿podía verdaderamente orar?

La oración de Jesús y su conciencia mesiánica. Aquí presenta el autor la oración de Jesús en el Bautismo, en la elección de los apóstoles, en la multiplicación de los panes, en la confesión mesiánica de Pedro, en la Transfiguración, en la última Cena, en la Cruz.

Se detiene especialmente en la oración de Jesús, en su oración filial como Unigénito del Padre.

Libro, como indicamos, escrito con rigor teológico y, a la vez, con amor y asequibilidad, que deseáramos ver traducido al español y leído detenidamente por cuantos aman y desean progresar en la oración.

Ignace de la Potterie, S. J., La Preghiere di Gesù, Ediaioni ADP, Roma, 1992. La oración de Jesús, podemos afirmar, es un misterio de silencio interior, en el que expresa su íntima unión con el Padre que le ama al que ama él infinitamente. Es una unión perfecta con EL Pero, siendo éste el núcleo más profundo de su oración, ésta también expresa su plena sumisión a la voluntad paterna. Jesús, en su inmensa generosidad, lleva a su oración cuanto atañe a sus hermanos los hombres y los presenta, con indecible ternura a la providencia amorosa y a la misericordia inagotable de Dios, su Padre celestial. Nada escapa a su oración: la comunión íntima, la obediencia filial, la consulta sobre sus ministerios, las necesidades de él y de los hombres, la petición para sí y en favor de los demás. Hay, pues, en ella algo inaccesible para nosotros y algo que los evangelios nos han dejado un poco más al descubierto.

Por eso, siempre y en cualquier circunstancia, será el supremo maestro de oración hacia el cual deben mirar constantemente nuestros ojos y nuestro corazón.

Cfr. I. de la Potterie, o. c., IOss.

24. Respecto del tiempo del ritmo de la oración de Jesús, los sinópticos -en particular San Lucas- nos hacen observar la estrecha relación de ella con los momentos decisivos de su misión mesiánica. Jesús no ha retomado simplemente una tradición religiosa; ha orado, sobre todo, en los momentos y en los acontecimientos importantes y determinantes para la venida del reino de Dios. Esto acontecía, especialmente, después de los grandes milagros.

II. LA EXIGENCIA DE ORACIÓN DE NUESTRO SER INTIMO

1. La exigencia de nuestro "ser creador":

A. El hombre es creado por Dios en Cristo

Col 1,15-20; Ef 1,3-11

El Padre invisible está dinámicamente presente y actuante en Cristo.

Cristo, en virtud de la plenitud recibida, es el principio dinámico de la creación y de la recreación.

El mundo (y el hombre) tiene su principio fuera de sí y necesita de un influjo continuo de El.¹

En El (Ef 1,4) el hombre fue elegido desde la eternidad. Desde siempre mi creación y mi vinculación al pensamiento divino pasaba por Cristo Jesús y sólo por esta unión con Cristo pudo ser digno de tener una existencia y digno del amor del Padre.²

El hombre, por tanto, es creado en Cristo: Cristo es el realizador de nuestra creación: Cristo es el modelo conforme al cual hemos sido creados; Cristo es el fin de nuestra creación: unirnos a Él, a su humanidad resucitada; ser la gloria del Padre en El y su gloria, como la Flor de la creación (Rom 8,29).

1. M. Flick, Z. Alszeghy, Antropología teológica, Edic.: "Hombre", Sigúeme, Salamanca, 1970,44ss.; Cfr. G. Barbaglio, en: Nuevo Diccionario de Teología bíblica, Edic. Paulinas, Madrid, 1990, 761-784 pir. P. Rossano, G. Ravasi, A. G. Irlanda).

2. M. Zerwick, Carta a los Efesios, Edit. Herder, Barcelona, 1967,17ss.

B. Nuestro ser de creaturas pide su manifestación en y por la oración

El deseo de Dios de comunicarse con sus creaturas (Gen 3,9). Indica la "cercanía" de la presencia de Dios por la comunicación íntima. El ser de Dios que ama lo que creó y quiere la expresión por el diálogo amoroso.

Nuestro ser en su profunda intimidad está pidiendo expresar a Dios nuestra alabanza, acción de gracia; nuestro reconocimiento íntimo, como realidad esencial de nuestro ser: Salmo 8; Sal 138; Dan 3, 57; Tob 13, 18-20; 1 Sam 1,11ss.; 2, 1ss.; Ef 1, 6).

La oración no sólo expresa nuestra condición de creaturas sino que realiza en la dimensión esencial de nuestro ser: nos aceptamos gozosamente como "dependientes" de Dios al que adoramos, alabamos, con el que nos comunicamos en su diálogo en el cual Dios se abaja a dialogar con sus creaturas.

"La razón más alta de la dignidad humana consiste en la vocación del hombre a la unión con Dios. Desde su mismo nacimiento, el hombre es invitado al diálogo con Dios, existe pura y simplemente por el amor de Dios, que lo creó, y por el amor de Dios que lo conserva. Y sólo puede decir que vive en la plenitud de la verdad cuando reconoce libremente ese amor y se confía por entero a su creador".³

El hecho de que seamos creados, admirablemente, por Dios en Cristo Jesús (Ef 1,3ss.), implica en la intimidad de nuestro ser, que sigamos el ejemplo de Aquel a cuya semejanza fuimos creados. Precisamente la comunicación con el Padre en Jesús, constituye un elemento esencial de su ser y de su actuación.

3.G. S. 19.

(Más adelante, se aportarán textos fundamentales del Evangelio).

Desde luego, cuanto se diga tiene la finalidad primordial de *facilitar* a los oyentes *la oración personal*. Mientras la persona *no se decida seriamente a orar*, no aprenderá por más instrucciones que oiga y por más libros que lea. La oración es una experiencia y como tal necesita ser vivida. Uno de los grandes peligros de hoy está en atiborrarse de conocimientos teóricos, sobre la oración y quedarse ahí, sin determinarse a orar.

Tengamos muy presente este principio, repetido insistentemente por todos los maestros de la vida espiritual: la oración no se compra como una mercancía, ni se transmite como un saber, sino que se da testimonio de ella; se expone su vivencia y se confía en la acción del Espíritu, el gran maestro de vida espiritual y de oración, cooperando, con su misma gracia, a su acción interior. San Juan Clímaco, del siglo VI, cuyo gran influjo aún hoy se deja sentir en la oración, coincide plenamente y lo expresa con suma claridad: "No se aprende a ver porque la visión es efecto de la naturaleza. Tampoco se puede aprender la belleza de la oración por la enseñanza de otro. La oración tiene su propio maestro, que es Dios".⁴

Está plenamente justificado el hablar sobre la oración. Ciertamente, ésta no es una teoría, sino una praxis religiosa. ⁵Si bien de la oración se puede hacer una teoría, ella misma no lo es, sino que es vida desplegada".⁵ Hablar sobre la oración, cuando se hace a la luz de la esperanza de la Iglesia, de la gran tradición católica de oriente y de occidente, de las doctrinas de los grandes maestros de la espiritualidad, antiguos y modernos, es provechoso y puede ser muy útil aun respecto de la misma oración.

4. Cfr. R. Guardini, *Introducción a la Oración*, Edic. Dinor, San Sebastián, 1961, 1143.

5. A. González, *La oración de la Biblia para el hombre de hoy*, Marova, Madrid, 1977, 9.

Ciertamente ninguno llegará a ser persona de oración sino se decide a orar bajo la guía del Espíritu. Pero esto supone una ascesis no pocas veces ardua y dolorosa: vencer las dificultades que nos vienen de dentro y de fuera de nosotros mismos; comenzar a dar los primeros pasos y proseguir, a veces, contra todo deseo de continuar la experiencia; ponerse bajo la dirección o consultar a una persona espiritual y de experiencia en los caminos del Señor... Hablar sobre la oración tiende a suscitar en el alma el deseo de orar, elimina prejuicios, rectifica conceptos equivocados, erróneos; aclara y fortalece ideas rectas; facilita la misma oración, enriquece con nuevos modos...; y algo capital, en este campo, le da su justo y merecido valor en la vida cristiana espiritual, tan puesto en tela de juicio en nuestros días.

Cuanto aporta luz verdadera, luminosa a un problema capital para quien desea realizar en su vida el evangelio de Jesús, presta un inapreciable servicio al hombre que anda a tientas buscando el verdadero sentido de su identidad cristiana: la oración, al ponernos en comunicación con Dios, fuente insustituible de la realidad más íntima del hombre, le descubre el hombre a sí mismo. Como la oración, por su mismo ser íntimo, se ordena, en definitiva, a vivir la misma vida de Dios, lo coloca en una posición privilegiada para vivir su propia identidad, cuyo conocimiento le ha descubierto.

"He tenido cada vez más concreta la experiencia de que la oración se aprende, pero no se enseña. Es decir, tenemos que aprender, hay un camino de oración, pero nadie puede enseñarla teóricamente a otro. Podemos dar indicaciones, reflexiones teológicas, pero la oración es algo tan personal que no se puede entrar en la de otro".⁶

6. Cfr. C. Mírtini, *El Evangelio eclesial de San Mateo*, Edic. Paulinas, Bogotá, 1984, 123; Cfr. A. Louf, *El Espíritu ora en nosotros*, Edic. Narcea, Madrid, 1979.

Eso, precisamente, es lo que intentamos: dar indicaciones, proponer modos diversos de comunicarnos con Dios y animar a las personas a que los ejerciten para ir encontrando sus propios caminos, bajo la guía del Espíritu y también con la ayuda de una persona de experiencia y de conocimiento de los caminos del Señor. Señalamos líneas que, después, cada persona vivirá como el Espíritu Santo le enseñe.

2. La exigencia de la oración por la inhabitación de la Trinidad en nosotros: La respuesta de una comunión o trato íntimo con la Trinidad:

A. Persuasiones y experiencias fundamentales

La persuasión y experiencia de la inhabitación de la Trinidad en nosotros.

Ya hemos tocado este punto con detención. Lo más importante es asimilar, interiorizar en nosotros esta profunda y misteriosa realidad de fe.

No está en nuestras manos hacerlo como podemos realizar otras cosas humanas. Pero sí podemos y debemos cooperar con la gracia de Dios. El nos la ofrece y bajo su poder, podemos suscitar la fe, intensificarla, al margen de nuestros sentimientos.

"Como si viera al invisible" (Hebr 11,27), nos dice San Pablo de la Fe de Moisés a quien Dios llamó para liberar a su pueblo.

Esta es la actitud ante la inmensa realidad de haber sido hechos habitación viviente del Dios uno y trino. Pedirle al Señor que nos haga caer en la cuenta, creer firmemente, tener una persuasión inquebrantable de esta divina realidad que llevamos en nosotros como un tesoro precioso: Vivimos en el amor del Padre en Jesucristo por el Espíritu Santo. Y el caer en la cuenta, estar persuadidos desde lo más profundo de nuestro ser, es la obra de la iluminación del Espíritu Santo y de su acción que profundiza en nosotros el conocimiento de la Trinidad. Y junto a esto, pedir humildemente tener la experiencia viva de esta habitación, del estar en nosotros, de vivir en su amor.

No principalmente para saborear este gusto sobrenatural que se realiza en y a través de nuestra psicología; aspiración laudable y legítima: Es, sobre todo, para captar este ser penetrados íntimamente y devolver, en nuestra pequeñez, tanta gracia por la fe, la esperanza y la caridad.

"Si la presencia de la Santísima Trinidad está viviente y operante dentro de todos nosotros, ¿Cómo es posible que no seamos conscientes de esta realidad?"⁷

La comparación empleada por el mismo Santo, San Simeón, el Nuevo Teólogo, es de una realidad sumamente expresiva: la de la mujer que gesta en su vientre una nueva vida: Ella amorosamente vive la experiencia de ser portadora de un nuevo ser. No necesita que nadie, desde fuera, venga a decirle lo que hay en ella. Es consciente, tiene la íntima y saboreada experiencia de ser la habitación de un ser que vive, se mueve, crece dentro de ella.

"Si el cristiano posee esta divina luz (la luz de la Trinidad), ¿cómo es posible que no sea consciente de ella y de sus efectos en el diario vivir?"⁸

B. La persuasión y experiencia de la presencia operante de la Trinidad en nosotros

Dios (la Trinidad) nos "invade" con toda su realidad divina. Somos, en expresión de San Ireneo, receptáculos vacíos, vasijas para ser llenadas por Dios. "Dios primeramente nos crea libremente; después busca comunicarse a Sí mismo a nosotros como seres inteligentes,

capaces de oír su voz. Y todo esto en orden a participarnos su verdadera vida trinitaria en nosotros".⁹ No hay partícula en mí que no esté invadida por la Trinidad, por su vida. Es una verdad que sobrepasa la más poderosa imaginación.

7. San Simeón el nuevo teólogo, En: Journey into Contemplation, g. A. Maloney, 11.

8. San Simeón, o. c., 11.

Pero la Trinidad, en las expresiones de los Santos Padres y de los grandes místicos, tiene su habitación secreta en lo más íntimo de nosotros. Allí donde está la raíz de nuestro ser profundo: en el espíritu del hombre, parte superior del alma informada y vivificada por el Espíritu Santo.¹⁰

En ese santuario, que es lo más profundo de nuestra realidad creada, está la Trinidad formando lo más íntimo del justo. Así se hace verdadera la expresión de San Agustín de que lo más íntimo de él no es el mismo hombre, sino Dios que habita en lo más hondo de su ser: "intimior íntimo meo".

Y ahí, precisamente, es donde la Trinidad está en una infinita actividad:

Aquí está realizando en una actividad siempre presente, siempre infinita, el misterio del engendrar el Padre al Hijo eternamente", del Hijo recibiendo su ser y respondiendo al Padre con un amor infinitamente puro, total, siempre vivo, activo y pleno. En lo íntimo del hombre el Padre y el Hijo viven el éxtasis de su amor mutuo del Padre al Hijo, de éste al Padre y dan origen al Espíritu Santo, manifestación eterna del amor infinito de ambos.¹¹

El hombre es el lugar privilegiado de este misterio profundo, de una presencia trinitaria que actúa en infinita actividad, y tiene otra dimensión hacia afuera que nace, incoerciblemente, de la actividad hacia dentro:

9. G. A. Maloney, 11.

10. F. Amiot, Ideas maestras de San Pablo, Edic. Sigüeme, 1966,176.

11. Ch. Massabki, Qui est l'Esprit Saint?, Prieuré Saint Lambert desbois, 1977,22-34.

"Si Dios es amor por esencia, entonces El está siempre buscando participar, por su naturaleza, su presencia. En la religión cristiana Dios se hace hombre para los otros por la comunicación de sí a través de su Espíritu de amor. Dios crea el mundo como un signo de su ardiente deseo de darnos a Sí mismo (...)-¹²

Por eso, la segunda gran realidad de la actividad divina en nosotros de la habitación de la Trinidad es su presencia que me ama infinitamente y en mí a todas las cosas; pero con un amor privilegiado y único.

Aún más: esta presencia íntima de la Trinidad actuante, su amor en constante actividad hacia mí, se expresa en la realidad de cada una de las personas.

El Padre nos ama pero no de cualquier modo: no como a personas aisladas; sino como a hijos queridos cada uno de los cuales tiene un nombre y apellido ante El, una personalidad propia, intransferible. Ya sería suficiente esto: Vernos y sentirnos amados del Padre concretamente, de una manera tan real que puedo decir con todo derecho: soy único para el Padre. La frase de San Pablo respecto del amor de Cristo para él, puede ser aplicada, debe serlo, respecto del amor del Padre (Gal 2, 20). El Padre nos ama en su Hijo Jesucristo (Ef 1,3ss.). Si somos hijos no de cualquier modo, sino en el Hijo por excelencia, Jesús; si participamos de su filiación teniendo la vida misma del Padre, también participamos del amor del mismo hacia su Hijo. El amor que el Padre nos tiene pasa por Jesucristo. No es un amor diverso. Es el mismo, pero participado: es la superabundancia del amor infinito del Padre hacia su Hijo que lleva a nosotros y se nos da en la medida de nuestra capacidad de creaturas. En el amor con que el Padre nos ama recibimos también el amor de Jesús. El es el primero que lo recibe. Como Dios, desde siempre; como Hombre desde el momento de su Encarnación.

12. G.A. Maloney, Invaded by God, 46.

El amor del Padre y del Hijo son un único amor, pero con dos aspectos que lo hacen hablando a nuestro modo, más rico y complementario: El del Padre es el amor que crea, que es el origen, la fuente. El amor del Hijo es la respuesta. Ambos y el amor del Espíritu Santo responde a la realidad de las tres divinas Personas en las que se da el misterioso modo "de ser" dentro de Dios: el amor del Padre, el amor del Hijo, el amor del Espíritu Santo.

Aún más: el amor del Padre y del Hijo hacia nosotros se nos da, expresándonos torpe y deficientemente en nuestro lenguaje, en su plenitud, en la persona del Espíritu Santo; aunque nosotros lo recibamos limitadamente. El Padre y el Hijo nos aman, nos dan la plenitud de su amor en el Espíritu que en la Trinidad es el amor personificado del Padre y del Hijo (Jn 15, 26; 14, 17; 26; 16, 14). A través del Espíritu que se nos ha dado, el amor de Dios derramado en nuestros corazones (Rom 5,5), podemos "conocer" y experimentar a Dios como una comunidad de amantes personas.¹³

La presencia de la Trinidad en nosotros está en esa infinita actividad no sólo de la transformación radical de nosotros mismos en El, sino en la donación de su amor en cada momento, en cada circunstancia de nuestra vida, en cada respirar, en cada gota de tiempo que pasa.

Aquí sí tenemos que hacer un acto de fe en la revelación de Dios y no caer en la gran tentación de juzgarla demasiado bella para ser verdad. Esta entrada dentro de la verdadera naturaleza de Dios (y de su relación de amor hacia nosotros) es imposible captarla si no es por la revelación divina que nos la descubre. Hay un misterio en el sentido más verdadero, más alto, más hermoso de la palabra.¹⁴

13. G. A. Maloney, *Called to Intimacy*, Alba House, N. Y., 1983, 49.

14. M. J. Scheeben, citado por G. A. Maloney, *Invaded by God*, 49.

C. La respuesta de nuestra comunicación íntima con Dios

En las fuentes de la Revelación o la llamada a la intimidad con la Trinidad:

"Consideren el amor tan grande que nos ha demostrado el Padre: hasta el punto de llamarnos hijos de Dios; y en verdad lo somos" (1 Jn 3,1).

"Si alguno me amare, guardará mi palabra, y mi Padre lo amará y vendremos a él y en él haremos nuestra morada" (Jn 14, 23).

"El Padre, El mismo os ama" (Jn 16, 27).

"Pero vivo... no ya yo, sino que Cristo vive en mí (Gal 2, 20).

"Pues cuantos son llevados por el Espíritu de Dios, éstos son hijos de Dios. Porque no recibisteis espíritu de esclavitud para reincidir de nuevo en el temor; antes recibisteis Espíritu de filiación adoptiva, con el cual clamamos: ¡Abba! ¡Padre!. El Espíritu mismo testifica a una con nuestro espíritu que somos hijos de Dios" (Rom 8, 14-16).

"Y así mismo el Espíritu acude en socorro de nuestra flaqueza. Pues qué hemos de orar, según conviene, no lo sabemos; más el Espíritu mismo interviene a favor nuestro con gemidos inefables" (Rom 8, 26-27).

"Y la prueba de que ustedes son hijos, es que Dios envió desde el cielo a nuestros corazones el Espíritu de su Hijo, el cual clama: ¡Abba! ¡Padre! (Gál 4,6).

Orientándonos hacia la intimidad con Dios:

Creados "a imagen y semejanza de Dios", estamos ordenados esencialmente hacia El.

Por eso el hombre que permanece sin comunicarse con Dios, lleva en sí la fuente de la más radical incompreensión y de la más amarga soledad. Y ésta se manifestará en reacciones, aun psicológicas, que encubren la ausencia de lo que en la intimidad está reclamado como la apetencia fundamental del hombre.

"Dios es amor" (1 Jn 4, 8, 16). El hombre, al ser tocado en su misma esencia por el amor de Dios, ha quedado también configurado desde la raíz bajo esa misma realidad. Forma el núcleo más hondo de su ser. Su esencia más íntima lo orienta hacia la comunicación con Dios: la exigencia más incoercible del amor es comunicarse. El tú del hombre, que supone la comunicación, es el mismo Tu divino. Con El anhela entrar en diálogo, compartir, comunicarse íntimamente.

Participamos, lo dijimos, de su misma naturaleza divina, somos hijos de Dios. En nosotros hay algo específicamente suyo: la participación de su mismo ser.

Esta realidad increíble está clamada en nosotros por entrar en comunicación con nuestro Padre. Tan maravillosamente lo expresa San Pablo, que es el mismo Espíritu quien nos enseña a relacionarnos con el Padre, a entrar en la expresión más auténtica e insustituible de nuestro ser de hijos del Padre celestial. Si no llenamos esta exigencia que nace de nuestra misma entraña, nuestra *identidad cristiana*: el ser hijos de Dios quedará, en su más profundo contenido, sin realizarse.

Orando al Padre a ejemplo de Jesucristo: Jesús en la presencia del Padre.

Jesús, en cada momento está y percibe la presencia del Padre, dentro de El, a su alrededor... Se siente invadido, sumergido en la presencia amorosa de su Padre celestial y en la fuerza amante del Espíritu. El es poseído en la profundidad por el amor del Padre y Jesús responde con la comunicación de todo su ser a esta presencia amorosa, por el Espíritu. (Jn 5, 19).

Jesús es comunicación con el Padre:

Jesús continuamente está orientado hacia el Padre en una comunión íntima que sobre todo, se manifiesta en el don de sí, en la entrega a su obra, en la oración específica que se reserva en momentos insustituibles para dar la respuesta de su amor al Padre en el silencio, la soledad, el apartamiento de todo, para vivir sólo para El (Jn 14, 24; Mc 1, 35).

Jesús no sólo busca agradar al Padre (Qn 8, 29), hacer todo con el Padre (Jn 5, 17). Anhela entrar en la relación más íntima con El. Ahí busca El dar expansión a ser de Hijo: desahogarse con El (Me 14, 36), expresarle todo su amor, dejar que tenga su manifestación más íntima la unidad de ser que tiene y vive con el Padre (Jn 17, 20-21).

Jesús se comunica con el Padre en el Espíritu:

El Espíritu Santo es el amor personificado del Padre hacia El y de El hacia el Padre.

Jesús recibe la plenitud del Espíritu desde el momento mismo de su Encarnación.

Bajo la acción del Espíritu Jesús entra en relación íntima con su Padre. El gran misterio de la comunicación personal de Jesús con su Padre se nos desvela en circunstancias especiales, consignadas por los evangelistas. Pero la realidad que está detrás de esto, nos es imposible penetrarla.

Indicamos algunos textos cuya amplificación puede verse en otra instrucción:

Lc 4, 1-2: Jesús posee el Espíritu Santo en plenitud, no con medida, como los más grandes profetas.

Lc 3, 21-22: Jesús se retira al monte a orar conducido por el Espíritu.

Lc 5, 16: El Espíritu lo aparta de su ministerio y Jesús se retira, a orar, después de sus trabajos apostólicos.

Lc 6, 12: Bajo la guía del Espíritu, Jesús ora para elegir en comunicación con el Padre a los apóstoles.

Lc 9, 18: Guiado por el Espíritu, Jesús se prepara para un acontecimiento fundamental en relación con la Iglesia.

Lc 9,28-29: Conducido por el Espíritu, Jesús anhela comunicarse con el Padre y Este le recompensa con la transfiguración.

Lc 10, 21: Jesús, lleno del Espíritu Santo, exulta de gozo y bendice al Padre con todo su amor filial.

Lc 11, 1-4: Jesús ora tan intensamente al Padre, bajo el poder del Espíritu que suscita en sus apóstoles el deseo de imitarlo.

Lc 21, 37: Jesús, lleno del Espíritu, va a Getsemaní a buscar en la comunicación con el Padre fortaleza espiritual para la pasión.

Lc 22, 39: 41-42: Jesús, confortado por el Espíritu, ora al Padre perdonando a sus enemigos.¹⁰

Comímicanclonos con la Trinidad en profunda intimidad:

(A modo de sugerencias, indicamos, nada más lo que nos parece ser útil ahora. De esto se trata en las instrucciones sobre la oración, especialmente en la oración contemplativa).

Reavivar la fe en la presencia de la Trinidad en nuestro ser. El "estar invadidos con su presencia".

Reavivar la fe en la realidad del amor de la Trinidad que está constantemente vivo, amándome con el mismo amor con que cada Persona se ama y ama a las demás, pero amor- participado en Cristo, por el Espíritu.

Pedir con humildad la vivencia de este amor trinitario en la medida y tiempo en que Dios tenga dispuesto.

Procurar centrarse, sin tensión, en la Trinidad o en alguna de las divinas Personas, en Cristo Jesús, según la moción del Espíritu.

Cuando haya un movimiento interior a reposar en Dios, a callarse, aun mentalmente y a entablar un diálogo, íntimo con el Padre, el Hijo o el Espíritu, hacerlo sin reticencias.

Tender, según la moción interior, a expresar desde la más profunda intimidad, el amor que el Espíritu Santo suscita en nosotros: en frases unguadas por el Señor; en el silencio, en el movimiento calmado y lleno del corazón.

15. Cfr. F-X. Durrwell, L'Esprit du Pere et du Fils, Mediaspau, Montreal, 1989.

Reposar, si la guía del Espíritu nos mueve a ello, en la persuasión profunda de ser habitación de la Trinidad, de cada una de las personas; vivir, si se nos da, la experiencia del amor infinito de cada una de ellas actuantes en nosotros, en perpetua actividad amorosa hacia mí y en todo, especialmente hacia los demás.

Esto, si es movido por el Espíritu, se irradiará en una actitud de servicio por amor a cuantos el Señor ponga en nuestro camino, especialmente a quienes están más unidos a nosotros.¹⁶

La comunicación íntima y la santidad

(Como en el apartado anterior, sólo hacemos breves indicaciones).

La Trinidad actúa conformándonos, cada persona, de acuerdo con su realidad "personal":

- El Padre nos va dando el sentido de "filiación" y suscitando en nosotros el deseo de corresponder con un trato íntimo, con la realización de su voluntad por la obediencia amorosa; nos infunde la confianza en su amor compasivo, en su providencia...

- El Hijo, Jesucristo, nos da a conocer al Padre, nos infunde su gracia para que realicemos la voluntad del Padre a su imitación; nos infunde el deseo de santificarnos, con la santidad del Padre, mirando su vida (Mt 5,48); de irradiar el amor al Padre hacia sus hijos los hombres, etc.

- El Espíritu Santo nos enseña a comunicarnos en profunda intimidad de amor con el Padre a ejemplo de Jesucristo; nos facilita y asume nuestra oración; nos conforma a imagen de Jesús, por el conocimiento, el amor, la vida según EL

Es una oportunidad especial que toda la Trinidad aprovecha para transformarnos en la "vida" así como nos ha transformado en el "ser".¹⁷

16. Cfr. las obras citadas más arriba de G. A. Maloney.

17. Cfr. Th. E. Dobson, How to pray for Spirituaí Growth, Paulist Press,N.Y., 1982,5-7.

3. La exigencia de la oración por la "inhabitación" de la Trinidad en el alma del justo de cada una de las personas:

A. La exigencia de realizar nuestra mas íntima y esencial "identidad": Hijos de Dios:

Estamos fundamentalmente orientados hacia el "Tú" divino en virtud de nuestra filiación y ésta se expresa en la comunicación con nuestro Padre.

Dios, en su Paternidad (Rom 8,15-17; Gal 4,4-7), nos busca anhelante para comunicarse con nosotros.

Nosotros, en virtud de nuestra filiación estamos orientados hacia la comunicación íntima con el Padre que nos admite y quiere, en un diálogo de Padre a hijo.

La filiación humana deja su huella en el hijo y lo orienta hacia su padre. Nada hay tan natural, espontáneo y fuerte como esta inclinación.

La verdadera grandeza del hombre es que el "tú" divino al que nos orientamos y con el que deseamos entrar en contacto, es Dios nuestro Padre. No es un ser ajeno a nosotros, infinitamente distante; es Dios en su inefable realidad, cuya vida participamos, en el aspecto más profundo; su mismo ser personal: Dios como Padre.

Por eso nuestra tendencia es vivirlo más intrínseco a nosotros, por la oración.

No orar, por tanto, es *dejar inalcanzada nuestra identidad de hijos de Dios*.

Es, en cierto modo, violentar nuestro mismo ser de Hijos de Dios.¹⁸

18. Cfr. Th. E. Dobson. O.c., 5-7

B. La exigencia de realizar nuestra realidad de hijos "en Cristo", participantes del ser y de la vida de Dios en Cristo

Somos Hijos de Dios, en Cristo (Ef 1, 3ss; Gal 4,4-6). En Él, por tanto, se da nuestra comunicación con el Padre (Esto no impide dirigirnos directamente a Dios).

Somos hermanos de Jesús (Rom 8, 15-17; 8, 29). Se da, por consiguiente, una comunicación de amistad; una relación de comunicación exigida por la hermandad que participa de la misma vida y tiende a expansionarse en el amor de la comunicación.

Dios ha querido hacérsenos visible e inefablemente cercano a nosotros en su Hijo para realizar en Él y por Él su anhelo paternal de facilitarnos la comunicación íntima (Jn 1, 16).

Jesús se nos propone como modelo, realización perfecta del ser Hijo de Dios Padre. (Jn 14, 6. 10-11). A Él tenemos, pues, que mirar y tratar de imitar, dentro de nuestra realidad, en su comunicación con el Padre, por la oración.

C. La exigencia de realizar nuestra realidad de hijos de Dios en Cristo "por el Espíritu"

Consecuencias:

Tratar con Dios debe ser, sobre todo, la respuesta a la realidad más íntima y fundamental que nos invade: hijos de Dios en Cristo, por el Espíritu Santo. ^{Cl}La expresión, en cierto modo natural, de este comunicarse íntimo y personal con Dios y en Dios es la oración".

Aceptar con el corazón abierto y con voluntad total la realidad objetiva de hijos y hacer nuestro el modo concreto y personal que debe tomar en la vida de cada uno por la oración, guiada por el Espíritu que es, esencialmente, vínculo de amor entre el Padre y el Hijo y, por tanto, fuente de comunicación.

En la entrega total de nosotros mismos a Dios en la comunión con Él, se realiza concreta y maravillosamente nuestra actitud filial más íntima y genuina: alabarlo, adorarlo, amarlo... y ésto lo hacemos en el Espíritu.

La oración auténtica debe dejar rendida totalmente el alma a Dios. Entonces se realiza lo que es la meta esencial de la religión y lo más hondo de nuestra dependencia y actitud filial: la disponibilidad a la voluntad de Dios. Es la obra por excelencia del Espíritu como en Cristo.

La oración, la entrega de nosotros a comunicarnos con Dios, es el testimonio vivo de que le pertenecemos; de que queremos existir para Él.

Es una confesión de la infinita excelencia de su Persona a la que antepone sobre todo la comunicación interpersonal.

De otro modo: es vivir con Él y para Él durante el tiempo de la oración (y su irradiación en la vida diaria): verlo infinitamente perfecto, adorarlo, entregarnos a Él total y desinteresadamente. Y ésto no es posible sin la acción del Espíritu (Rom 8, 26-27).

Quizá se podría resumirlo dicho, de este modo: "La oración responde a una necesidad interna del Espíritu". Si no se percibe esa necesidad, hemos de concluir que nuestro espíritu está adormecido, dominado por intereses o preocupaciones que lo ahogan, como la cizaña a la buena semilla: O que hemos deformado el campo de nuestras prioridades de modo que hayamos llegado a considerarlo como algo tan marginal en la vida cristiana y aun humana que nos podamos pasar- tranquilamente sin ella, sin sentirnos inquietos. La oración es gracia de Dios y plenitud de la criatura y del Hijo de Dios. Se trata, pues, del ámbito más profundo de la vida cristiana.

Pero esto no quiere decir que siempre que nos decidimos a orar ha de ser porque sentimos su necesidad; porque espontáneamente brota en nosotros el anhelo de comunicarnos con Dios. Como dice *Guardini*, la oración que brota espontáneamente del impulso interior, es más bien una excepción dentro de la totalidad de la vida del espíritu. Edificar, por tanto, la vida de oración sobre ella, es exponerse a vivir a merced de la inspiración del momento y, a la larga, a abandonarla oración.

Si queremos, por tanto, establecer una seria relación con Dios como nuestro creador y Padre, hemos de ver en la oración, ante todo, una expresión de lo que realmente somos: criaturas e hijos del Padre celestial con el que nos comunicamos en fidelidad, obediencia y amor. De este modo, nos liberamos de la mera espontaneidad interior y vamos a la raíz de la oración, a sus fuentes, que están siempre manantes, aunque la inspiración y el deseo del momento no nos induzcan a orar. De esta forma no tememos afirmar que la oración debe ser algo "intencionado" y "ejercitado".¹⁹

Un autor de tanta autoridad teológica y espiritual nos ofrece unas consideraciones verdaderamente iluminadoras: "Para el hombre religioso los momentos de una verdadera oración son los momentos de la verdad en la propia vida". En ellos él se confronta con el misterio profundo de su existencia. Sólo en la oración, cuando se encuentra en la soledad ante Dios y se dirige a Él, el hombre es plenamente él mismo, sin apariencias ni ficciones. En la oración está completamente sólo consigo mismo y con la propia conciencia, pero también con Dios.

Se halla delante de Él y no puede esconderse en ninguna parte. Sus deseos más profundos, sus ideales, pero también su doblez, aparecen en plena luz, en la luz de Dios mismo (...). Corazón y ciencia se abren a Él.

En la oración el hombre tiene sobre sí una mirada serena y mucho más objetiva que en un puro análisis introspectivo. Aprende a conocerse mejor. Y en vez de provocar descorazonamientos o compasión de sí, la oración suscita en él serenidad y humildad ante Dios y, por otra parte, deseo de El, esperanza y gozo en El.

19. R. Guardini, o. c., 16-17.

En vez de verse sólo a sí mismo, el hombre pone su mirada en Dios y se ve en la luz que proviene de El. Así se realiza lo que San Agustín ha escrito en el célebre pasaje al comienzo de sus Confesiones "Nos has hecho, Señor, para tí y nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en Él".^{20,21}

La oración, pues, es un momento privilegiado para entrar en el mundo de lo sobrenatural, del que en el curso ordinario de la vida, el hombre permanece alejado, y le resulta inaccesible a la mayor parte de ellos, por encontrarse acaparados y hundidos en las realidades mundanas únicamente.

20.1. de la Potterie, La Preghiera di Gesù, Edizioni ADP, Roma 1992,7-8.

21. Cfr. P. Descouvemont, Guía de las dificultades de la Fe católica, Desclée de Brouwer, 1992,649-653. Trata el punto con brevedad pero con gran claridad.

III. LA EXIGENCIA DE ORACIÓN POR NUESTRA FRAGILIDAD E IMPOTENCIA PARA SALVARNOS Y SANTIFICARNOS

1. La exigencia de nuestra impotencia y fragilidad espiritual:

A. Nuestra impotencia radical para salvarnos

Jesús nos lo dejó dicho bien claro y terminante: "Sin mí nada podéis" (Jn 15, 5).

Sin la gracia actual, sin la ayuda de Dios por su Espíritu, estamos radicalmente impedidos de conseguir nuestra salvación y de realizar nuestra vida cristiana. Nuestras solas fuerzas humanas, por mejor que usemos la libertad, no podremos disponernos para convertirnos, ni para permanecer en la gracia.

Aun antes de que oremos, Dios nos concede gratuitamente la gracia de orar. Y ésta, la oración, es el medio normal, eficaz y universal de alcanzar las gracias actuales. Gracias actuales para orar, para perseverar, para crecer y profundizar nuestra oración; gracias actuales para obrar el bien y evitar el mal; gracias actuales, por tanto, para salvarnos y obtener nuestra santificación en el seguimiento de Jesucristo.

No es, pues, extraño que Jesucristo insistiera tan frecuentemente sobre la necesidad de orar; "pedid y recibiréis; buscad y hallaréis; llamad y se os abrirá" (Mt 7,7-8).

Por más que Dios conozca ya de antemano, antes de pedirle lo que necesitamos, El, tan respetuoso de nuestra libertad y de aceptación voluntaria de sus dones, deja al querer del hombre pedir lo que sabe que necesita. Dios no quiere meter por los ojos a sus hijos los dones de su amor. Espera, ordinariamente, a que él se lo pida deseoso de hacer al hombre libre cooperador de su propia salvación. Aquí es oportuno recordar la frase, ya perteneciente al tesoro de la humanidad cristiana, hecha suya por el Concilio de Trento: "Dios no manda cosas imposibles; nos manda hacer lo que podamos y pedir lo que no podamos hacer".¹

B. La fragilidad propia frente a la tentación y la prueba

Es una ley fundamental de toda vida cristiana: estamos sujetos a la tentación, que nos viene de nosotros mismos: de las raíces viciadas de nuestro ser por el pecado de nuestros orígenes; por el mundo perverso que nos rodea y envuelve como una atmósfera sutil de Satanás que se adelanta con sus sugerencias o aprovecha nuestras debilidades para tentarnos y perdernos.

Esta realidad nos debe llevar a la persuasión de que necesitamos orar para conseguir la ayuda de Dios, la gracia actual para superarlas.

El mismo Jesús, en los momentos más solemnes, previendo las dificultades espirituales de sus discípulos, los exhorta encarecidamente a vigilar, a orar para no caer en la tentación por la que van a pasar. (Mt 26,41).

La experiencia propia y ajena es, en este punto, inexorable: Quizás todos los que buscan seguir al Señor en su vida, han experimentado en algún momento o época que, a medida que su vida de oración se entibiara, se encontraban más vulnerables y frágiles frente a la tentación.

Las recomendaciones de los santos y autores espirituales son, en este punto, de una abrumadora unanimidad.²

1. Seas. VI, o. II, Denzinger.

2, Cfr. Ad. Tanquery, Compendio de Teología ascética y mística. Desclée de Brouwer, 1930,423-425; Cfr. SanAlfonsoMaría de Ligorio. Del gran medio de la oración, Madrid, 1936, pt. la. c. 1.

El ejemplo tan irrecusable de Cristo bastaría por sí solo para demostrarnos la necesidad que tenemos de orar. Si, El, el Hijo de Dios, reservó a la oración un lugar tan importante y fundamenta] en su vida, nadie puede decir que la oración en la vida cristiana sea algo superfluo. Esto equivaldría a decir que Jesús desperdició su tiempo, comunicándose con su Padre. Y que la autoridad con que afirmó ser el camino Jn 14, 6) y el maestro (Jn 11, 4), a cuya imitación, en su seguimiento, hemos de vivir, también en la oración, son fórmulas sin un contenido de algo necesario y fundamental.

Donde Jesús, de un modo, hasta dramático, muestra a sus apóstoles y en ellos a nosotros, la necesidad de orar, es en sus horas de agonía en Getsemaní.

El ora en esos momentos impresionantes de dolor íntimo y de preparación inmediata a la Pasión. Está paternalmente presente a la actitud de sus apóstoles; prevee las dificultades y tentaciones vehementes que los van a asaltar. Por eso, les recomienda encarecida e insistentemente orar. (Mt 26, 41; Mc 14, 38).

Si volvemos la mirada hacia nosotros, Jesús nos da en sus discípulos una lección que jamás deberíamos olvidar. Es de suprema importancia: "El que por la fe ha recibido el mensaje cristiano en su corazón y está decidido a vivirlo manteniéndose ligado al Salvador hasta el fin, queda a merced de la primera tempestad si antes no ha sacado de la oración una fuerza superior. No puede sostenerse en la tormenta más que el que ha orado."³ Jamás será un lujo la oración del cristiano. No hay Santo Padre alguno, ni autor espiritual de acuerdo

3 J. Galot, La oración intimidad filial, Desclée de Brouwer, Bilbao, 1969,148.

con la esperanza secular de la Iglesia, que no afirme ser la oración de absoluta necesidad para perseverar en el seguimiento de Cristo y para crecer en El.

Hay una realidad que se impone frecuentemente y nos hace alejarnos de la oración, precisamente en los momentos críticos en que más necesitamos de ella: el "descorazonamiento", la desilusión. Parece que nuestra naturaleza humana quedó especialmente herida y débil como consecuencia del pecado de origen. Pero la verdad, tristemente frecuente, es que nos dejamos abrumar por las pruebas. Nos acaparan psicológica y espiritualmente. Y volvemos los ojos a nosotros mismos, a la dificultad, al mundo que nos rodea..., a tantas cosas, menos al que tiene en su poder y en su amor la fortaleza que necesitamos para superar la dificultad y la prueba. Los medios humanos no son despreciables, al contrario. Pero cuando se trata del nivel sobrenatural, hemos de tener muy presente las palabras del Señor: "Porque sin mí, nada podéis" (Jn 15,5). Sin mi fuerza que es el poder de mi Espíritu.

"La oración, no puede ser algo facultativo en la vida cristiana, ni por lo demás, en ninguna vida humana. Es necesaria para iluminar el camino y para dar el valor para seguir, sobre todo cuando aquél pasa por el calvario".⁴

C. Oramos porque amamos, y porque deseamos permanecer en unión con El: Es la razón suprema de por qué oramos

a) *Oramos porque amamos*: Estamos de acuerdo con A. Seve: Sólo hay una respuesta definitiva ante la pregunta de por qué oramos: Jesús ha orado. Se le ve muchas veces, y otras se le intuye unido totalmente al Padre celestial. A partir de esta unión comenzamos a presentir el gran misterio que lo habita. Pero esta unión con el Padre no le impedía estar unido a sus hermanos: Jesús, en medio de su íntima unión, vivía en continua atención a la gente: predicaba, consolaba, curaba... El afirmó: "He venido para que tengan vida en abundancia" (Jn 10, 10).

4.J. Galot. o. c., 149.

Y esta vida que refiere a toda persona y a toda la persona, la realiza en su oración aparte, en sus comunicaciones personales y en su unión con el Padre. Jesús es el gran orante y el gran maestro de oración.

Si nosotros oramos es porque *amamos*, porque tenemos sed de Dios, aunque no la percibamos claramente. Queremos, en el fondo de nuestro ser, acercarnos a realizar, aunque sea en miniatura, lo que Jesús realizó en plenitud.

No se trata de cumplir una obligación, sino de colmar una necesidad: la de amar. El Salmo 42 nos expresa poética y perentoriamente este deseo.

Oramos porque amamos y queremos amar más. Si tenemos prejuicios contra la oración, si la dejamos con pretextos fútiles, engañándonos a nosotros mismos, tendremos que poner en duda la calidad de nuestro amor.

Podemos orar pidiendo, examinándonos, alabando... pero todo esto en el amor.

Si no vamos a la oración a encontrarnos con Dios, permanecemos con nosotros mismos, con nuestras necesidades, problemas. Siempre tendremos que volver una y otra vez a Jesús para orientarnos en nuestra oración: El ora porque tiene una necesidad filial de expresarle el amor que siente por el Padre y recibir el amor que El, a su vez, le prodiga.

Y esto sucederá más de una vez en la más dura de las desolaciones: Getsemaní, la Cruz...

Esta comunicación con el Padre, no le impedirá, al contrario: le empujará a realizar la misión que le ha encomendado. Es el núcleo de su vida permanecer y realizar su voluntad.

b) *Oramos porque deseamos permanecer en unión con Dios*: También aquí nos sale al encuentro el ejemplo de Cristo: El vive, fuera de los tiempos fuertes de su oración, en unión con el Padre de una manera incomprensible para nosotros.

Aquí es donde encontramos las mayores dificultades para vivir en atención a Dios. Para vivir a fondo el amor, el deseo de comunicarnos con El, no basta tener nuestro tiempo fijado de oración, ¿Se trata de estar pensando en El continuamente? Ni es posible ni es recomendable. Esta unión constante con Dios, expresión de nuestro deseo de amarle y de crecer en el amor, es la unión de voluntad. Es decir, hacer lo que El espera de nosotros.

Lo que la vida, la gran intermediaria, aguarda: aderezar la comida, estudiar, llevar las cuentas, ejercer la profesión o el trabajo... con el fondo de nuestro ser impregnado de amor. Esto es permanecer en unión con El, pero no es propiamente orar. Esto se realiza cuanto tenemos el encuentro de ser a ser, de corazón a corazón- será unos minutos, media, una hora. Y esto es lo que nos va a permitir mantener lo más posible nuestra unión de voluntad. Por poco tiempo que sea, le permitimos a Dios ir modelando nuestro corazón de hijos que permanecerá fiel en nuestras acciones y relaciones.

Cuando oramos pidiendo, hay un deseo implícito de Dios: te amo y te quiero amar más.

La oración formal nos ayuda a reconocer a Dios como nuestro Dios, a ser impregnados de El, de sus deseos, de sus sentimientos, de su amor. Es como tocarle a semejanza de la mujer que parecía flujo de sangre y que se atrevió a tocar el ruedo de su manto (Le 8, 44). Nos acercamos a Dios porque le amamos y queremos estar en atención amorosa con El después, en medio de nuestros quehaceres.

San Juan de la Cruz lo expresa con su modo singular densamente: "Que el espiritual aprenda a mantenerse en una mirada amorosa en Dios, y la paz divina se le infundirá en el alma, con admirables conocimientos de Dios, todo impregnados de amor"?

5. San Juan de 3a Cruz, Subida al Monte Carmelo.

Esto indica que se dan dos atenciones: a uno mismo y a Dios. Y esto podemos realizarlo sin angustia y tensión por una convicción de fe: Dios está aquí, siempre aquí; y el complemento: yo estoy allí donde tú estás. Y nuestro corazón profundo se vuelve hacia Dios porque ha orado en el amor; se ha abierto, aunque sea por breves e intensos momentos a Dios, únicamente a Dios; pero no habrá oración si no estamos presentes a su Presencia, por más que podamos ser víctimas del asedio de distracciones.

2. La exigencia de la oración para "santificarnos": para transformarnos en Cristo ("cristificarnos"), para realizar la voluntad de Dios:

A. Ley capital de la santidad

Es seguir en todo la voluntad de Dios: en el obrar y sufrir: Ciertamente es capital conocer la voluntad de Dios para santificarnos, para realizar nuestra vida cristiana. Pero también lo es que, para hallarla, necesitamos orar. Lo necesita el cristiano y aquel que le ayuda, sea superior o director espiritual... conocer la voluntad de Dios no podemos hacerlo mágicamente. Es preciso usar adecuadamente de nuestras facultades, discernir las voces diversas que podemos oír en nuestro interior. En la oración es donde escuchamos a Dios y descubrimos su voluntad sobre nosotros en circunstancias específicas.

Este lazo de unión entre la oración y la acción ha sido siempre reconocido por los grandes maestros de la vida espiritual y la tradición de la Iglesia como discernimiento. Este, en su modalidad de movimientos interiores, es el arte de interpretar la palabra de Dios que se nos dice en la oración, de otras que pueden parecerse, pero que realmente no lo son.

6, La unanimidad de los santos y autores espirituales es tal que nos exime de citar, en abundancia, nombres concretos.

La misma oración humilde nos trae la ayuda del Espíritu para acertar en la distinción de palabras y palabras, de voluntades auténticas y falseadas. La oración en este sentido es capital, totalmente necesaria, si no queremos caer en equivocaciones y desviaciones lamentables.

Intentar seguir las palabras, los deseos de Dios, requiere tener experiencia de Dios y esta va unida estrechamente a la oración. En esto consiste la práctica, la perfección. ¿No está en la caridad?, pero la caridad se muestra precisamente, en cumplir la voluntad de Dios (Jn 14, 15). La unión con Dios por la caridad y la perfección está en la conformidad de nuestra voluntad con la de Dios.⁴

El ejercicio de las virtudes teologales; la santidad y la oración. Tan importante en la vida cristiana es la oración que, sin ella, no hay posibilidad de santificarse. No tratamos, en concreto de la sola oración llamada "formal": la oración que, como individuos, hacemos. Es una de las formas de oración de la que dependen otras, si realmente se las quiere llamar auténticas. Sea oración privada, sea comunitaria, oración de vida, u oración vocal o recitativa, la afirmación es válida. Conserva toda su fuerza. Pero se debe notar, ya desde ahora, que cualquier oración o arranca de la oración formal o va conduciendo a ella. Esa es la pedagogía del Espíritu que ora en nosotros y con nosotros: llevarnos a la comunicación personal con Dios, de persona a persona (Rom 8, 15-16; 26-27; Gal 4,6).

El ejercicio de las virtudes teologales se realiza, no exclusiva, sí principalmente en la oración. En ella estamos constantemente ejercitando la fe, la esperanza, la caridad. La oración es un diálogo con Dios y ese diálogo se entabla y se prosigue a través de las virtudes que se refieren directamente a Dios, por eso precisamente, se las llama teologales, porque tienen a Dios como objeto inmediato.

⁴ San Juan de la Cruz, 1, 2, cap. 4, Subida al Monte Carmelo.

Por la *fe*, creemos en Dios, en las maravillas que ha creado, nos adherimos a su Persona y a su Palabra; a su revelación y a sus preceptos; nos fiamos de él y, en la *le viva*, tratamos de realizar sus mandamientos. Por la *esperanza*, tan ligada a la fe que caminan unidas casi siempre, esperamos la realización de sus promesas y colaboramos a que se hagan una realidad. El se hace garantía de su cumplimiento y nosotros creemos, esperamos, colaboramos, intercambiamos el amor: lo amamos y nos dejamos amar por él; es un amor que se expresa en la palabra, en los signos, en las obras de amor por el Señor. Y al contrario. "Cuando se deja de orar, la vida, que no se ve, pierde sentido. Habiendo eliminado el propio organismo cultural esta dimensión, evidentemente ella gradualmente pierde significado, color, intensidad, vibración; no es sino una realidad genérica, una realidad que se acepta superficialmente, pero que no forma parte de la vida".⁸

La oración es un diálogo entre Dios y nosotros que, fundamentalmente, consiste en el ejercicio de las virtudes teologales. Si la santidad está, precisamente en eso: practicar y crecer en ella y la oración es el medio, el vehículo, se entiende la insistencia con que la Biblia y la Iglesia exhorta continuamente a la oración. Si llegamos a persuadirnos de esto, progresivamente iremos haciendo de la oración la realidad más común de nuestra existencia. La oración es, en su esencia, una apertura a Dios y ésta se puede sintetizar en el ejercicio de las virtudes teologales. Este contacto con Dios en Cristo por la fe, la esperanza y la caridad no pueden menos de ir haciendo al hombre cada vez más semejante a Jesús, que buscaba en todo hacer la voluntad del Padre celestial (Jn 8,29). Es una asimilación interior de Cristo que lleva a reproducir en nosotros su vida de hijos a su ejemplo por la fuerza del Espíritu (Rom 8, 29).⁹

8. Card. C. Martini, Itinerario espiritual del crisis, Edic. Paulinas, Bogotá, 1984,124.

B. Disposición fundamental para la santidad

La "indiferencia", es igual a "el amor decidido al fin supremo sobre todo, contra todo, a costa de todo".¹⁰

Es "amar" más a Dios: darle la preferencia sobre todo; verlo todo en relación con Dios y su voluntad; es una "opción del hombre para Dios en todo, por encima de los gustos y resistencias sensibles de la naturaleza".¹¹

C. Un posible error

Al tocar este tema de la oración, medio necesario para nuestra santificación, es preciso tener muy en cuenta la pedagogía ordinaria de Dios. Fácilmente nos ilusionamos con el pensamiento de que, decididos a seguir fielmente a Cristo, se trata de algo que sucede rápidamente y sin mayores sobresaltos. Que, habiendo respondido a la gracia de la conversión dada por Dios, todo se acelera y nos vemos perfectos casi de la noche a la mañana. Ciertamente, y hay conversiones fulgurantes en las que el Señor despliega su poder de un modo extraordinario. Uno de los casos más perceptibles es el de San Pablo, alcanzado inusitada y fuertemente por Cristo en el camino a Damasco. (Hech 9,1-8). Pero aun este caso singular- tiene un proceso de solidificación que el mismo Pablo se encarga de darnoslo a conocer: (Gal 1, 16-20; Hech 22, 9-16). También estas actuaciones extraordinarias de la gracia, hay que vigilarlas discretamente en su respuesta continuada de la persona. Es decir, también estas conversaciones se hallan sujetas a un proceso de maduración y fortalecimiento.

9. D. Grasso, Vivere, nello Spirito, Editioni Piuline, Roma, 1980,170-173.

10. E. Hernández, Guiones para un cursillo práctico de dirección espiritual, Hijos de Santiago Rodríguez, Burgos, 1954, passim.

11. G. Cusson, Experiencia personal del misterio de salvación, Edit. Apostolado de la Oración, Madrid, 1973, 74.

De nuevo San Pablo nos dice que permaneció durante un largo retiro de tres años en el desierto de Arabia, aprendiendo del Señor y fortaleciendo su fe en la oración y la práctica de las virtudes. Su transformación en Cristo le tomó su tiempo, su esfuerzo y una acción perseverante de la gracia para llegar a ser cada vez más profundamente atraído y "alcanzado" por Jesucristo (Fil 3, 12).

La pedagogía, ordinaria del Señor es, prevalente y comúnmente *lenta*. La formación de los mismos apóstoles es un ejemplo manifiesto de ello. Y la historia de la Iglesia está llena de testimonios que avalan esta doctrina. Pensar que he de salir de la oración, aunque sea contemplativa, transformado profundamente, de una vez, es exponerse a una gran desilusión. Creemos, ciertamente en su poder de cambiarnos, por la acción del Espíritu Santo, en Cristo y nos abrimos en gozo a esa acción. Pero somos conscientes de que, no obstante el poder de la gracia, necesita tiempo para ir penetrando en nosotros más y más profundamente.

A esto hay que añadir la realidad de nuestro consciente o inconsciente renuente a dejarnos penetrar por el Señor. Por eso, El, en su amor, se ve obligado, porque nos ama y quiere asimilarnos a El, llevarnos a una intimidad mayor con Él, a hacer que nuestra irradiación de él hacia los demás sea más poderosa, a purificarnos interiormente. Este, frecuentemente, es el sentido oculto de muchas purificaciones que se dan en nosotros y que van envueltas en el dolor. Parten del inmenso amor de Jesús, de su gran deseo de hacernos íntimos suyos, de disponernos a una eficacia mayor en nuestro trabajo en el Reino. Y todo esto puede, de hecho suceder también en la oración.

Este proceso de las "lentas maduraciones del Espíritu" nos avisa que no podemos exigir ni poner en circunstancias especiales de tentaciones, trabajos..., a personas sinceramente convertidas pero en las que ésta no ha tenido aún tiempo de madurar y confirmarse. En el camino de la santidad, más que en algún otro, es peligroso "quemar etapas". Ciertamente que Dios puede ir más a prisa con unos que con otros, pero esto, ordinariamente depende de su plan concreto de salvación y de nuestra correspondencia. Admitir esta realidad de la

"lentitud", al menos relativa, no es dar lugar a la pereza, a la holgazanería, al dejar que las cosas vayan amparadas en esta doctrina. Al contrario.¹²

D. La orientación primaria de nuestra actividad en orden a la santidad

El dominio de nuestras aficiones desordenadas o impedimentos para la santidad: *la "conversión" constante y profundizada*

Cuanto hemos dicho se concreta en el fin inmediato y en el método:

Fin inmediato: "ha de ser el *dominio creciente de sí mismo*" (con la gracia de Dios) para estar cada vez más pronto y firme en la diferencia y ser más entera y fácilmente en todo momento, fiel a la ley capital de la voluntad de Dios.¹³

"Dominio de sí mismo": Aquí tiene el sentido de poseer el señorío de nuestras sentencias y pasiones (desordenadas) para quitar de la voluntad deliberada todo obstáculo ("afición desordenada") al cumplimiento de la voluntad de Dios.

"Desordenado": es lo que en todo o en parte, no se funda en la base sólida de razón, conciencia y fe; sino que en el *objeto a que tiende*,

12. G. Odasso, en "Santidad", Nuevo Diccionario de Teología bíblica, Edic. Paulinas, Madrid, 1990, 1780-1788. Artículo profundamente inspirador, en el que se toca el tema, aunque en la gran variedad de ideas que aporta el autor. Sobre todo, cfr. Th. Green, *Opening to God*, Ave. Maria Press, Notre Dame, Indiana, 1987, 52. 13. E. Hernández, o. c., 12.

o en el *motivo* (por que tiende), o en el *modo y medios* (que emplea), o en la *intensidad*- del tender, se aparta de tales bases, v. gr., no por el honor y gloria de Dios, ni por la salud espiritual de las almas, más por su propio provecho e interés temporal; o por Dios, pero con desasosiego y precipitación".¹⁴

"El orden pide que *la cosa* a que tiende sea o Dios o querida por Dios y subordinada a Dios; el *motivo* de tender a la cosa, sea o Dios y expresamente o implícita e indirectamente, de suerte que se resuelva en Dios; el *modo* sea según Dios, es decir, que los *medios intensidad, santidad y curación* sean como le agrada a Dios y a falta de otra manifestación de su agrado, sean natural y sobrenaturalmente proporcionados a la jerarquía del fin de su urgencia.

"*Aficiones desordenadas*" son, por tanto, las tendencias *advertidas y consentidas* que no buscan así la voluntad de Dios, sino otros fines, otras cosas, otros motivos, otros modos.

Cuando falta la advertencia y el consentimiento voluntario puede haber tendencia, propensión, inclinación desordenada, pero no afición propiamente dicha".¹⁵

"Necesidad de dominarlas (hay grados en este dominio): Porque son un obstáculo para realizar la voluntad de Dios. Hacen peligros a la estabilidad y fortalecimiento en la virtud. Recordemos: una cosa es sentir la presión de las "afecciones desordenadas" y otra consentir en ellas.

E. La oración, medio básico de progreso espiritual Necesidad:

Sin oración, no hay nada en la vida espiritual; con la oración, lo habrá todo: porque, aunque la oración *no es todo*, pero con ella se tendrá y se hará todo lo demás.¹⁶

14. E. Hernández, o. c., 12.

15. E. Hernández, o. c., 12.

16. Cfr. G. Odasso, artículo citado más arriba.

A la oración están ligadas las gracias de la salvación (y de la santificación) "Aprende a vivir rectamente quien conoce el modo de orar rectamente" (San Agustín).

La oración hunde sus raíces en nuestra impotencia e indigencia de creaturas y en nuestra condición de hijos de Dios en Cristo por el Espíritu Santo: el diálogo amoroso de la Trinidad, Dios lo quiere continuar en nosotros en gran intimidad.

La oración es una necesidad vital del alma, como es vital para el cuerpo la necesidad de respirar.

La experiencia y ejemplo de los santos, de las almas profundamente espirituales es un testimonio formidable, activo, vital de la necesidad de la oración para llegar a la santidad de Dios en Cristo.

(Se podrían añadir muchas más consideraciones que se pueden encontrar en los autores de Espiritualidad antiguos y modernos).

La "transformación en Cristo" por la oración

"La oración es una apertura a Dios para recibir de él la maravilla de su amor transformante".¹⁷

La oración es una experiencia de Dios que actúa en nosotros por el Espíritu. Su tarea es llevarnos a Jesús:

"Cristificarnos": irnos cambiando conforme a sus criterios, sentimientos, actuaciones... infundiéndonos el modo de ser de Jesús. Ya estamos interiormente "cristificados" al participar de su misma vida divina. Lo estamos, en expresión teológica, "ontológicamente". A esto debe corresponder una "cristificación moral".

La oración es un lugar privilegiado de la actuación del Señor: todo nuestro ser vuelto a él, se halla expuesto a la acción transformante de su gracia, la acción de su Espíritu.

17. J. Laplace, *Oración, búsqueda y encuentro*, 20.

La fuerza de la Palabra de Dios es poderosa y actúa por sí en cuantos la reciben, meditan, contemplan... guiados por el Espíritu (Hebr 4, 12-13).

La oración es un gran momento de fe y de amor: La fe y el amor, de sí, transforma en Aquel en quien se cree y se ama. "Cuanto más se ora, más se quiere orar. Cuanto menos se ora, menos ganas de orar. Cuanto más se ora, Dios es "más" Dios en nosotros. Cuanto menos se ora, Dios acaba por ser un "don Nadie".¹⁸

3. La exigencia de Dios de comunicarse con sus criaturas e hijos

El Dios de las Sagradas Escrituras, tal como se nos ha revelado, sobre todo por y en Cristo Jesús, es un Dios intensamente personal que dirige su palabra a las personas que ha creado, ha hecho partícipes de su vida divina, para entablar con ellas un diálogo de amor.

El les habla por la revelación, por la voz de su Hijo Cristo Jesús; por la acción interior del Espíritu Santo... y en todas sus manifestaciones El los llama como personas a entrar y estar en su presencia (Gen 17,1); a encontrar su rostro de amigo a amigo (Ex 33,1); a contemplar su faz en la fe y en el amor (Ex 33, 18). Nada tan anhelado del Señor como que el hombre quiera ser introducido en una amistad íntima, personal, en la que Dios se le da en una "comunidad" semejante a la que había entre él, Adán y Eva en el paraíso, antes de su pecado (Gen 3, 1).

En su Hijo, Cristo Jesús, el Padre se nos ha comunicado tan íntimamente en la realidad de su ser, que nos ha dado participación en su misma vida divina (Gal 4-5). Y esta realidad interior de filiación, Él quiere que se manifieste tangiblemente en la comunicación que se establezca entre él y nosotros. Para eso, precisamente, ha cuidado enviarnos su Espíritu: para que clame en nosotros y nos enseñe a clamar con la palabra que es el compendio y la cima de toda relación personal del hombre con Dios: "Abba, Padre"! (Gal 4, 6).

18.1. Larrañaga, Muéstrame tu rostro, Edic. Paulinas, Madrid, 1979.

El quiere comunicarse con el hombre, hacerlo su amigo íntimo para comunicarle sus propios misterios (Jn 15,15), los que se descubren solamente a aquellos en los que se tiene plena confianza y con los que se ha establecido una relación especial de amor (Jn 15,9).

Dios quiere hacernos cada vez más semejantes a El y esto acontece en la comunicación de la oración personal, bajo la acción del Espíritu Santo: "La contemplación, (la oración) de este Dios no consiste en una mutua absorción de la divinidad dentro del hombre y de éste dentro de la divinidad, como es tan frecuente en el caso de la contemplación griega y oriental. Al contrario, cuanto más plenamente contempla a Dios la persona humana, al Dios de las Escrituras y cuanto más generosamente responde a su palabra, más auténticamente llega a ser hijo o hija de Dios, frente a frente con el Padre, en la casa y en la presencia del Padre. La persona no se pierde en la divinidad, ella se encuentra a sí misma en la comunión interpersonal".¹⁹

Karl Rahner, en sus intuiciones geniales, tiene páginas admirables en su opúsculo "Palabras de Ignacio de Loyola a un jesuita de hoy". Nos permitimos glosar su pensamiento, expresado por él en un lenguaje que sale no sólo de una inteligencia clara, sino de un corazón ardiente para su Orden, su Fundador, la oración o experiencia inmediata de que trata.

Aunque no emplee la frase directamente, todas sus primeras páginas están densamente impregnadas de la fuerte llamada de Dios a

19. P. Hinnebusch, Contemplaron is for all, en: Contemplation and the charismatic Renewal, Paulist Press, N. Y. 1986,10-11 (Varios).

comunicarse con los hombres, de modo semejante a como lo hizo con Ignacio. A darle su experiencia inmediata de sí mismo en o íntimo de EL.

Es, pudiéramos afirmar, un deseo irrefrenable el que hay en Dios a dialogar, a tener un "tú a tú" intenso, profundo con aquellos que se abren a su deseo y acogen su llamada. Dios no se reserva para sí; en su sorprendente libertad, todo parte de su iniciativa. Dios quiere en "cara a cara" con sus hijos, aunque sea distinto al que tendremos en la bienaventuranza. El quiere que el ser humano lo experimente personalmente. Y esto es lo que sucede en la oración, al menos ocurrirá no pocas veces, si tomamos a Dios en serio y creemos que esto puede suceder como en Iñigo de Loyola, aunque en un modo e intensidad distintos, sin duda. Allí, en la oración, el hombre se entrega silenciosamente a Dios y él se le hace perceptible cuando y como quiere, porque es su deseo comunicarse con los hijos de los hombres.

No nos queda sino atender su llamada, colmar su anhelo, abrimos a su ardiente deseo que es nuestra felicidad.²⁰

Podemos terminar diciendo con L. Prohaska en el libro dirigido por él, sumamente orientador: "Oración y vida sacramental" son las dos formas principales de la "religio viva" (religión viva).

20. K Rahner, Palabras de Ignacio de Loyola a un jesuita de hoy, Sal Terrae, Santander, 1978, 4ss.

IV. LA ORACIÓN "ASUNTO DE FE" "QUE SE HACE VIVA", OPERANTE POR EL AMOR

Tratamos de ir a las fuentes de la oración para después intentar llegar a su esencia.

1. La oración es "asunto de amor"

La oración es "una conversación con Dios". Admitiendo este modo de entender la oración resulta imposible comprenderla oración de los cristianos, entrever su verdad, su belleza y sus exigencias sin saber qué relaciones unen al hombre con Dios; pues la oración deriva su propia naturaleza de la novedad de estas relaciones.

A. La oración tiene su fuente en el amor

Las dimensiones de la oración arrancan, tiene su fuente de donde mana en estos tres puntos: Se es amado por Dios; se le ama; se le quiere amar.

¿Qué significa esto?

La iniciativa del amor corresponde siempre a Dios. Por más que nos apresuremos a amarle, ya El nos está esperando con su amor; y El, también es quien ha suscitado en nosotros el deseo de responderle.

El discípulo de Jesús se sabe cerca de Dios, amado por El y su impulso, suscitado por la acción del Espíritu, es responder al amor con el cual es amado. No es buscar, sino darse; no satisfacerse, sino agradar a Dios. Se ora, pues, por amor, a impulsos de amor. Esto quiere decir que la causa fundamental es el amor de Dios y el amor a Dios, respuesta libre y generosa al suyo.

El orar por amor es salir de sí mismo para entrar en el ámbito del amor de Dios y esto implica introducirse en el punto de vista de Dios, para darle cuanto se tiene, recibido, a la vez, de él; para agradecerle, para unirse a El.

El cristiano, en su oración, llega así a interesarse, ante todo, por lo que toca a Dios. De este modo, la oración viene, inevitablemente a caer en la alabanza, en la adoración, en la acción de gracias. La gloria de Dios, la vida según Dios es lo que constituirá el objeto de sus complacencias. Si pide, será, sobre todo, lo que glorifica a Dios y luego las demás peticiones. Así nos lo enseñó Cristo en la oración que nos dejó como modelo de toda oración (Mt 6, 9-13).

Pero notemos, ya desde ahora, que la preocupación de dar a Dios y de aproximarse a él por sí mismo, no excluye los demás motivos, sino que les da todo su sentido en la gran corriente del amor.

Al venir del amor la oración cristiana no puede tender más que al amor, puesto que no hay otro medio de acceso a la unión divina sino el amor: "El amor, es decir, el encuentro profundo, el único encuentro verdadero de dos personas, implica necesariamente una exigencia y un deseo de presencia, de intimidad, de soledad, de confianza, de abandono mutuo".¹

La oración cristiana, por tanto, debe caracterizarse por una disponibilidad absoluta para la acción divina.

San Ignacio de Loyola expresa, en fórmulas diversas, esta verdad: "En el punto en el que hallare lo que quiero, ahí me reposaré, sin tener ansia de pasar adelante hasta que me satisfaga".²

1. J. M. Castillo, Oración y existencia cristiana, Edic. Sigúeme, Salamanca, 1969,81.

De aquí se deduce que el valor de la oración no depende tanto de la actitud que en ella se adopta artificialmente, sino de la vida del alma en su realidad: de la ascensión de las virtudes de la huella de la caridad y de una asimilación a Cristo cada vez más estrecha. Esta es la sólida doctrina que tan clara y llanamente expone Santa Teresa en el "Castillo interior o las Moradas".³

Si ponemos así la oración en relación con la caridad y la presentamos como expresión y alimento de la caridad, habremos reducido a la nada los dos peligros que la amenazan: mirarla como tarea en la que se triunfa a fuerza de técnica o destreza; buscar en ella nuestro propio desarrollo persiguiendo una experiencia espiritual y no a Dios antes que nada y sobre todo. Estaríamos envueltos en una actitud que pospone al que es la verdad y el amor.

El tiempo dedicado, a ser posible, a una hora determinada para la oración, debe ayudar a buscar esa otra calidad interior que es la única fundamentalmente válida en esta materia. Se trata, pues, de amar; de hacer lo que agrada a Dios. Esto deshace la inanidad del reproche tan frecuentemente oído en nuestros días, de que la oración desvía de la acción.

Si la oración es auténtica, es amor; y si es amor, acerca más a Dios; si realmente acerca a Dios, acerca también a sus hijos, a sus sufrimientos y aspiraciones. El que se acerca a Dios por amor, se preocupará de amar lo que Dios ama; le presentará a sus hermanos y luego, cuando vuelva a la acción, estará más cerca de ellos y de sus preocupaciones porque habrá crecido en el amor. La oración, por tanto, no es una sustracción a la acción; es una adición.

2. EE. n. 76.

3. Santa Teresa, Castillo interior o las Moradas.

B. La oración, por ser misterio de amor, es misterio de comunicación y de participación

El misterio de Jesucristo, de quien toda oración cristiana, procede, es misterio de comunicación de sí al padre y es misterio de participación de sí al hombre. Y lo es, precisamente, porque es misterio de amor. El amor supone la capacidad de compartir y de participar. Jesús recibe del Padre y da a los hombres. El sabe recibir y dar de lo recibido, Todo, dice, lo he recibido del Padre (Jn 5,19ss.), y lo entrega con una generosidad ilimitada, hasta a sí mismo (Gal 2,20).

Esa es su oración que debe configurar siempre la nuestra: oración de comunicación íntima, inefable, continua, de intimidad insospechada para nosotros; oración de compartir con el mismo Padre lo propio: las penas, las ilusiones, los deseos de cumplir, hasta el fin, su voluntad y de compartir con nosotros su misterio, sus verdades, sus alegrías... sus esperanzas, sus fracasos; de compartir lo nuestro como suyo, porque somos realidades, para él, unidas estrechamente a su vida. Nada de lo nuestro le es indiferente porque su amor al hombre le hace tomar como propio cuanto nos acontece, nos alegra, entristece, nos afecta de cualquier modo. Y eso debe ser también nuestra oración: misterio de comunicación y de participación: sabemos recibir y sabemos dar (los dos aspectos que se unen en la experiencia de fe).

Recibimos de El, a través de su Espíritu, su palabra, su iluminación, su moción interior, su poder y amor; le entregamos todo lo nuestro, de un modo semejante a como él lo entregaba al Padre. Nada nos reservamos para nosotros, aun lo que más nos abochorna, humilla, nos hace sentir mal ante nosotros mismos... Y Él respetuosa, amorosamente lo recibe porque es nuestro, de aquellos a quienes El ama y por lo que se entregó y resucitó.

En la dinámica del amor, quedamos felizmente atrapados para darnos a los suyos, a nuestros hermanos. Nos abrimos a ellos porque primero se abrió a nosotros Jesús, el Salvador y se nos comunicó en su riqueza, en su bondad, en su perdón, en su amor, y nosotros nos abrimos y recibimos de El.⁴

2. La oración cristiana brota de la fe

La oración cristiana, para ser verdaderamente auténtica, tiene que brotar de lo que especifica al cristiano: la fe.

Por otra parte, la fe tiene una estructura personal; es, un encuentro con una persona: Cristo el Señor. Y de este encuentro, si es auténtico, nace, inevitablemente, una relación personal. Así nos hallamos en el centro de la exigencia de la oración, "si tomamos en serio que la fe es un encuentro personal con Jesús". Ahora se convierte, mejor, es, de hecho, un *encuentro interpersonal*. Pero es preciso añadir que en todo el proceso de conversión, en todo hallazgo y crecimiento en la fe, en toda oración como brote de la autenticidad de la fe, opera un dinamismo que sobrepasa al hombre: es el dinamismo del encuentro personal operado por la acción del Espíritu. En definitiva, es la fuerza del Espíritu Santo actuante eficazmente en el hombre.

"La oración no es solamente necesaria a título de obligación impuesta por Cristo a sus discípulos. Es más que una prescripción del Maestro y más que una condición de fidelidad; es una expresión esencial de la vida cristiana.

Es, ante todo, una expresión de fe, desde el momento en que un hombre cree en un Dios personal, es impulsado a establecer contactos personales con El y, en consecuencia, a orar. Creer, no es ante todo creer en algo, sino creer en alguien. Por lo mismo, es entrar en diálogo con ese alguien.

En el cristianismo, la fe se ha personalizado más vivamente, por que el Dios personal se ha revelado en él de modo más completo.

4. Cfr. Carel. C. Martini, Itinerario de oración, Edic. Paulinas, Bogotá, 1983, 60-61; [J. Ratzinger, Introducción al cristianismo, Sigüeme, 1970, 234.

La persona del Hijo de Dios se ha acercado a los hombres, ha vivido en medio de ellos; al mismo tiempo que hacía una llamada a la fe, comprometía a la persona humana a volverse hacia ella en la oración. Pero enseñó más aún a todos los que le rodeaban, a hablarle familiarmente, a dirigirse a Dios como a un amigo, (como a un padre).

Mientras más se consolida y se profundiza la fe, tanto más tiende a desarrollarse como oración. Es llevada a poner en práctica la verdad a la que se adhiere, a manifestar su convicción de un Dios muy cercano y muy íntimo conversando con El. Sino llevara a la oración, sería una señal de que no es suficientemente auténtico, que se limita -a una adhesión superficial del espíritu, sin gran influencia sobre la vida. *Una fe viva es necesariamente una fe orante.*

La fe, pues, se traduce por la oración dirigida a Cristo. Y puesto que es creencia en el Hijo de Dios, desemboca en una oración que sube hasta el Padre. Es el Padre el que se hace accesible a título de Padre amante, por la presencia visible de su hijo en medio de los hombres. Es hacia El hacia el que la fe conduce finalmente por la oración, dándole un carácter filiar'.⁵

3. La oración cristiana sólo es posible en una fe que se hace operante por el amor

La relación personal que caracteriza la conversión y la fe como "encuentro" con la persona del Señor, implica necesariamente el amor. Una fe actúa a través del amor (Gal 5, 6).

No se puede separar consecuentemente, la fe del amor. Entre ambos se da una compenetración y complementación. El amor es quien hace a la fe "viva", operante (Sant 2,17),

5. J. Galot, La oración intimidad filial, 149-150.

quien la impulsa a obrar y a su vez, la fe viva se irradia en el amor⁶⁻⁷

Este (el amor) debe hacerse presente para que pueda llamarse encuentro auténtico y profundo. El enunciado de más arriba parece derivarse, naturalmente y por su mismo peso, de la fe como encuentro personal y de las exigencias de todo encuentro a nivel humano o divino.

La fe, hemos repetido es encuentro personal con una persona, Cristo. Y todo encuentro profundo, va necesariamente impregnado de amor. Por la experiencia cotidiana, constantemente somos conscientes de que el encuentro personal exige el deseo de presencia, la intimidad, la soledad, la confianza, el mutuo abandono. Y esto, precisamente, no puede darse sin el amor. Son manifestaciones de que en el fondo de dos personas que se intercomunican hay una fuente de donde manan, una causa de donde proceden, una realidad de amor mutuo que las exige.

6. "En la vida de fe uno se da cuenta de que no se puede prescindir de la oración de petición, de alabanza, de intercesión, de arrepentimiento. Hay una autojustificación que, en cierto modo, es la de las cosas fundamentales: ¿para qué respirar? No se necesita un motivo, la misma vida lo lleva a uno a respirar. ¿Para qué vivir? Es la vida la que lleva a orar, la oración es fe expresada. Aquí captamos todo lo indefinible de la oración precisamente porque está totalmente unida con la experiencia de fe". Card. C. Martini, El Evangelio eclesial de San Mateo, 126.

7. "Nuestra respuesta a la palabra de Dios, en la que nos revela el misterio más íntimo de su amor, no consiste sobre todo en pensar, sino en dar gracias: es la oración. Creer en Dios no significa tan sólo certeza de que Dios existe, sino principalmente entrega personal a Dios principio y fin último, fundamento y contenido de nuestra vida. La oración es la expresión más importante y más esencial de la fe en Dios; es fe que responde, o, por así decirlo, fe vivida con absoluta seriedad".

(Conferencia episcopal alemana, Catecismo Católico para Adultos, Biblioteca de Autores Cristianos, Madrid, 1988, 88).

Toda relación interpersonal profunda desemboca necesariamente en la vivencia del "yo", "tú", porque es la relación entre dos personas que se dan y se aceptan mutuamente. Y esto, exactamente, es la oración cristiana: *comunicación personal profunda*.

La oración es la expresión y vivencia de la fe, de una fe viva que es la experiencia del encuentro personal. Y en sí se halla envuelto inevitablemente en el amor, a su vez el amor es quien hace operante a la fe.

En cierto modo fe viva y amor, si no se identifican, sí se encuentran unidos indisolublemente, de modo que la fe viva es la fuente del amor y el amor, a su vez, remite e intensifica la fe. "El florecimiento de la fe es el amor. Esa fe cede el paso al amor a medida que avanzamos en lo íntimo del misterio de Dios. Un ser humano que ame -si el amor es apertura y no egoísmo- estará maravillosamente preparado para dar el paso de la fe al amor".⁸

Por eso, podemos afirmar que la oración cristiana es "asunto de amor" que brota de una fe viva. Y diversamente: asunto de amor que hace "viva" la fe, la opera y lanza a la oración. "La fe es, en cierto modo, una declaración de amor: El hablar de Dios al hombre conduce al creyente a hablarle a Dios, es decir, a Dios en la *oración*, que es la forma más importante de expresar la fe".⁹

"Vivir la fe es vivir el diálogo, la presencia, la confianza, el abandono en el Otro, en Cristo el Señor. Vivir intensamente la fe es vivir intensamente la oración. Habría que rehacer la fe y habría que rehacer al hombre mismo para que toda verdadera vivencia del cristianismo no terminara en oración".¹⁰ Y vivir la fe profunda y la oración, como encuentro, diálogo y abandono en Cristo Jesús, es vivir el amor.

8. Y. Raguin, Vivir la propia vida, Edit. Sal Terrae, Santander, 1984, 37.

9. Catecismo católico para adultos, BAC, 1988,38.

10. J. M. Castillo, o. c., 81.

"La verdadera relación con el otro se esclarece por la luz que abre los corazones hacia Aquel que es la fuente, en la humilde dependencia de la creatura a su creador, en el encuentro de Dios que es amor".¹¹

Resulta, pues, exacto que, "sin confianza, fe y amor, son imposibles la oración y el sacrificio; *el vivere cum Christo* (el vivir con Cristo) meta de toda oración".¹²⁻¹³

11. J-F, L Vezin, La relation, regard d'amouit., Psychologie et Foi, n. 2,1986, 3.

12. W Heinen, en: El proceso de la maduración en el hombre, (varios), (Dir. L Prohaska) Edit. Herder, Barcelona, 1972,182.

13. Es provechoso leer y considerar las ideas de J, Feiner y L. Vischer sobre la oración. J. Feiner, L Vischer, Nuevo libro de la fe cristiana, Edit. Herder, Barcelona, 1977, 399-410. Dos capítulos excelentes son los de Th. H. Green, en su libro: L'Ouverture a Dieu (Un guide pour la priere), Supplementa, n. 32 (Cahiers de Spiritualité Ignatienne), Quevec, 1992,29-44.

V. LA ESENCIA DE LA ORACIÓN

1. Hacia una definición esencial de la oración

Tratando de dar una definición de la oración, nos encontramos ante una dificultad casi insuperable. Tan rica es la entraña de la oración que toda definición resultará inacabada, imperfecta. "Pero también es innegable que, en medio de tanta variedad hay unos rasgos comunes, y que esa actividad está en el campo de la experiencia humana. Dado que una definición elemental es metodológicamente aconsejable para entendernos, recogeremos los elementos que son más importantes. Oración es "actividad humana de comunicación con Dios, en busca de una vida más rica y bendita",¹ bajo la acción del Espíritu Santo. Tratamos de explicarla brevemente:

Es actividad humana; en ella el hombre se compromete totalmente, con todo su ser, desde el fondo de sí mismo. Por más que, necesariamente, para que sea oración cristiana, debe estar guiada por el Espíritu, el hombre tiene su propia actividad, aun dentro de una oración en la que puede dominar la pasividad, como actividad humana aunque se redujera a la aceptación libre de la acción de Dios.

Pero no se trata de una actividad cualquiera: El factor decisivo es el que está implicado en el término *Dios*. La actividad del orante es la

1. A. González, *La oración de la Biblia para el hombre de hoy*, Marova, Madrid, 1977, 10.

forma del hombre religioso que se dirige a Dios; está atento a relacionarse con un tú infinito que lo supera infinitamente pero que, en su "humanismo" quiere acercarse al hombre y comunicarse con él como un amigo. Está atento a esa Persona, a su presencia, a su comunicación, a su llamada para responder. El hombre orante se comunica con Dios de los mil modos propios del hombre religioso: hablando, amando, adorando, alabando, callando en un silencio lleno, de comunicación intensa de amor centrado íntima, profundamente, desde el fondo del ser en el Señor, etc.

El hombre responde en su actividad, a una iniciativa de comunicación por parte de Dios. En la oración toda respuesta, del alma es respuesta a esa iniciativa divina que precede. El sabe que Dios está en la raíz de su ser y de su actuar. "El hombre que nace así, necesita estar en diálogo con Dios, suplicando o alabando. Es un hombre de oración".²

Y, realidad maravillosa: Dios se manifiesta de muchos modos. Pero siempre trasciende a todos ellos y con ninguno se identifica. Cuando se manifiesta él, como persona viviente, entonces es cuando la comunicación del hombre se hace personal en su más pura autenticidad. Entonces Dios es el gran presente, porque inunda con su presencia la intimidad del hombre; y es, a la vez, el gran ausente, porque en su realidad infinita, trasciende todo modo y todo medio de presencia.

Pero no se trata de una simple comunicación, sin otro objetivo, aunque sea la más excitante e inefable. En ella Dios y el hombre buscan para éste, "una vida más rica y bendecida".

Se trata de una comunicación que no se detiene ni queda saciada con el mero comunicarse. Va contra todo el ser dinámico del amor divino y el mismo ser del hombre hecho a imagen y semejanza de Dios que busca "identificarse" por el amor y las obras con Dios.

2. A. González, o. c., 11.

Dios, por su mismo ser, esencialmente de amor (1 Jn 4, 8, 6), no puede menos de anhelar que aquellos que llevan su propia impronta, que participan de su vida divina por el Bautismo, se le asemejen en la vida moral y religiosa, en la vida a través de las obras, como se le asemejan interiormente por ser sus hijos adoptivos.

Esta exigencia dimana necesariamente de la primera. Y El, que se comunica en la oración con el hombre, lo hace no sólo por la urgencia de su amor paternal de comunicarse, sino también por el anhelo de hacerlo, cada vez, más semejante a él acrecentando y purificando la participación de su misma vida divina.

Pero ésta sería una realización incompleta si no se manifestara en la realidad de la vida que el hombre tiene que desplegar a lo largo de su existencia. De otro modo, la vida concreta del hombre debe asemejarse a la vida misma de Dios, a su vida de santidad, a través del seguimiento de Cristo Jesús (Mt 5,48; Rom 8,29).

Este, precisamente, es el objetivo último y definitivo de toda oración cristiana. Cualquier otro dejaría a la oración dentro del campo de una oración meramente humana. Aquí, en la íntima comunicación con Dios en el misterio del encuentro del alma y Dios se busca y realiza "una vida más rica y bendita" para darle expresión y realidad concreta en la vida diaria, y en las circunstancias de cada persona.

El hombre, por su parte, anhela, desde el fondo de sí, entrar en diálogo con Aquel de quien procede, con cuyo sello ha sido marcado en su más profunda intimidad, pero desea vehementemente, asemejar su vida a la de Aquel cuyo aliento y amor recibe en la oración. Por eso ésta, cuando es auténtica, se convierte en el campo, en la oportunidad privilegiada del compromiso más arduo, responsable y extremado con el mismo Dios: revestirse de su misma vida, de sus sentimientos, deseos, intenciones, criterios, modos de actuar que la vida concreta le va ofreciendo.

2. El fin de la oración

Representa una consecuencia de todo lo expuesto.

El fin de la oración es Dios y sólo Dios

Preguntar por el fin de la oración parece algo inútil y hasta irrespetuoso. Si vamos a comunicarnos con El, ciertamente, no puede haber otro fin sino él. Sin embargo, en la práctica, lo olvidamos, no pocas veces o tergiversamos el fin reduciéndolo a nosotros mismos. Cuando decimos que el fin de la oración es Dios y sólo El, queremos decir que con ello estamos entendiendo claramente una persona: Dios. Ordinariamente, será Dios personal que se nos comunica o con el que nos relacionamos en Cristo Jesús.

Las expresiones pueden ser diversas, pero coincidentes en su modo y contenido: Como ya indicamos, orar es tener un encuentro con Dios; tener la experiencia del amor de Dios, pero siempre se tratará de una persona, de Dios. Lo demás, será una consecuencia que brota inevitablemente del trato con la persona divina, Dios en su Hijo Cristo Jesús, por la fuerza del Espíritu Santo.

El en nuestra adoración, El en nuestras súplicas, Él en nuestra conversión, él en nuestro compromiso con los demás, Dios es el principio, el medio y el fin de toda oración cristiana. Podemos ascender hacia él por escalones diversos: por la alabanza, por la petición, por la intercesión, por la contemplación, por el silencio impregnado de amor..., pero, en fin de cuentas será ir a Dios o dejarse captar, tomar, poseer por El.

Hoy esta finalidad manifiesta de la oración cristiana: Dios para hallar y realizar su voluntad, puede verse desplazada sutilmente por otros fines: No oramos, en primer lugar, para beneficiarnos a nosotros mismos, ni menos aún para deshacernos de preocupaciones. Es un modo de colocarnos como dentro de la oración.

No podemos decir que sea oración cristiana la que se reduce a una relajación al modo yoguístico, ni la que se pueda emplear para ejercitar una forma de autosugestión para un éxito y curación personal. Más alejada y más dentro de un peligro no fácil de evitares la oración de vaciamiento interior que, aun cristianos de nuestros días emplean para encontrar la paz, sin necesidad de encontrar a Dios. Todos estos fines de apariencia utilitaria para la persona y hechos al amparo de una forma que llaman oración, no es tal, al menos cristiana. Ni siquiera nuestra propia santidad buscada como fin inmediato y primordial, es llegar a la santidad, pero vivir demasiado preocupados por ella y hacerla objeto central de nuestra oración, la desvirtúa. Volvemos a la afirmación. El fin de la oración es el misterio del encuentro del alma y Dios en la profundidad del ser.

El fin de la oración es Dios y sólo Dios. A él buscamos antes que nada. A él damos preferencia sobre todo lo demás, por santo que juzguemos ser; a él ponemos en referencia con los demás fines legítimos de la oración; a él, a su persona; antes que sus dones y sobre ellos, buscamos, porque a Dios no se le puede captar. El se revela y se da como quiere y no accede a ser manipulado por la criatura ni puesto en otro lugar que no sea el primero.

Si vamos a la oración con esta persuasión honda, arraigada, la oración siempre será agradable a Dios y provechosa para nosotros, aun en medio de las arideces más tardías y de las pruebas más crucificantes. Dios es Dios, creador y padre de la misericordia que derrama su amor sobre la debilidad de sus hijos que lo buscan. Y el mismo Dios nos lanzará a los compromisos más arduos y abnegados.³

3. B. Basset, Orar de nuevo, Edit. Herder, Barcelona, 1975, 142-145.

3. El Dios-Amor de Jesús

En realidad ya hemos contestado a la pregunta ¿cuál es la "esencia de la oración"? Con lo expuesto, estamos en disposición de responder. Pero el punto es tan capital que merece un nuevo espacio.

La novedad fundamental de Jesús, respecto de cuantos le precedieron y hablaron, inspirados, de Dios, es que no sólo es para él amor sino que nos lo presenta como el Dios-Amor con una preferencia sobre todo lo demás que se puede decir, impresionante: "El Dios que anuncia no es un dios distante, está en la intimidad del hombre (Mt 6,6); no es un Dios que castiga, sino que usa misericordia (Mt 18,27); no actúa como Juez, sino que viene en ayuda (Mt 18,12-14); no domina, sino que promociona al hombre (Jn 13,12-15). Esta diferencia y novedad fundamental se debe a que Jesús experimenta y concibe a Dios como puro amor.

San Juan tanto en su Evangelio como en las cartas afirma explícitamente esta gran realidad: "Dios es amor" (1 Jn 4,8.16). Son poco menos que innumerables los pasajes en los que con alguna explicitación, nos dice que la gran verdad sobre Dios es su misericordia, su amor (Jn 3, 16; 13, 1). "Numerosas figuras simbolizan el amor de Dios: el vino, (Jn 2, 3.9), el perfume (12, 3); la sangre y el agua (19, 34), y, sobretodo, el Espíritu (1, 33), que es la fuerza de vida amor de Dios mismo".⁴

Algo semejante podemos decir de los demás evangelistas y del apóstol Pablo.

De aquí el paso al Dios que quiere comunicarse es obvio: Se impone con una fuerza decisiva. Si Dios es amor, necesariamente es razón de su mismo ser, se ve impelido a comunicarse, porque el amor, aun en los seres humanos es el gran impulso a la mutua relación. Viene a ser el gran "proyecto" de Dios comunicarse con el hombre, que se hace realidad en Jesús y en la humanidad nueva.

4. J. Mateos, F. Camacho, El horizonte humano de Jesús, Edic. El Almendro, Córdoba, 1989, 94.

Dios ofrece su amor a todos y, por lo tanto, su comunicación. Nada es capaz de invalidar el amor de Dios al hombre y, tampoco su deseo de comunicarse con él. Precisamente durante su vida mortal lo que provocó el gran escándalo de los fariseos fue su trato, su comunicación y preferencia por los pecadores. (Mc 2, 15-18; Lc 15, 1ss; 19, 1-7). Y él, en su proceder, expresaba perfectamente el modo de ser de Dios.

Llegados a este punto, el paso se da naturalmente: Si Dios ofrece gratuitamente su amor al hombre y su deseo, nacido del amor, de comunicarse con él, su anhelo mayor es que el hombre, hijo suyo, le responda ofreciéndole su propio amor y entrando en relación con su Persona.

Nada hay que pueda sustituir este amor-deseo en Dios ni el que existe, en la capa más íntima del ser humano, por más que lo niegue y busque sustitutivos que lo contradigan. J. Lafrance encabeza uno de los capítulos del libro *La oración del corazón*: "La verdadera naturaleza del hombre es oración".⁵ Y explica esta expresión: "Cuando afirmamos que la naturaleza del hombre es oración, no pensamos tan sólo en el acto de oración sino en el estado de oración, en la actitud de apertura y de súplica que la caracteriza".⁶

"El hombre salido de las manos de Dios y creado a su imagen, está habitado por ese amor que le lleva a alabar a Dios, a ofrecerse a él y a perderse en él. Como a la Virgen que en cuanto percibe la ternura de Dios para con ella, le sube del corazón un canto de adoración: "El Poderoso ha hecho en mí, maravillas: Santo es su nombre".⁷

5. J. Lafrance, *La oración del corazón*, Eclis. Narcea, Madrid, 1980, 94.

6. J. Lafrance, o. c., 34.

7. J. Lafrance, o. c., 38.

El hombre se deja engañar y corre tras muchos espejismos, pero se desangra espiritualmente a sí mismo y termina exhausto y desilusionado. Por eso el deseo de comunicarse con Dios, de unirse a El, puede alimentar el pecado y la santidad. La santidad, si en humildad, paciencia y confianza lo va realizando guiado por el Espíritu. Se va adentrando progresivamente en El, o mejor, va permitiendo que Dios le sumerja en Sí, en su presencia, en su comunicación paternal, en la transformación que se va dando, en Cristo Jesús, por el Espíritu, y suscita mayores deseos de penetrar el misterio de Dios y de sumergirse en El.

La oración tiene su dinámica poderosa, trascendente. Puede conducir, decíamos, al pecado, porque el hombre lleva en sí mismo el engaño, el hombre viejo dispuesto a vestirse de ángel de luz y fascinarlo haciéndole creer que su deseo interior puede realizarse calmadamente en sustitutivos que le hacen experimentar éxtasis, viajes al paraíso mortales. ¿No está bien demostrado esto sobre todo en los drogadictos?

En la comunicación verdadera con Dios uno se "expone" al amor, como a los rayos de un sol que calienta y enciende y lleva a la oblación de sí mismo en el amor de Dios.

Pero siempre la oración cristiana se realizará en la "diferencia". Porque Dios, el infinitamente presente, nos superó infinitamente también. Y nuestro deseo de alcanzarlo plenamente, aun en Cristo Jesús, nos hará sentir la insatisfacción y aun la soledad. Nuestro deseo va más allá, desborda la realidad de la comunicación que podemos alcanzar en este mundo. Por eso al acercarnos a orar, tenemos que estar dispuestos al sufrimiento que se conjuga misteriosamente con el hallazgo y gozo del Amado.⁸

8.J. Lafrance, o.c., 33ss

4. La "esencia" de la oración

A la hora de expresar la "esencia de la oración" es preciso tener en cuenta lo que J. M. Castillo dice acertadamente: "Una cosa es la *esencia de la oración*; otra cosa son las *formas* en que esa esencia se puede expresar en nuestra conciencia; otra cosa los conocimientos, más o menos externos de la oración".⁵

Cuando esto se confunde o tergiversa, estamos lejos de una verdadera teología de la oración. Teniendo en cuenta cuanto precede, podemos lanzarnos a expresar, con cierta timidez, en qué está, dónde reside, en último término, el ser, la esencia de la oración. Aquello que, no obstante las diversas expresiones que pueda tener, hace que la oración sea precisamente oración cristiana.

Y aquí, nos encontramos de nuevo, con la dificultad de la formulación simple, por una parte porque encierra lo sustancial de la misma, el núcleo que está presente en toda auténtica oración cristiana, y difícil porque se trata de expresar una realidad sumamente rica.

He aquí, no obstante, varias formulaciones que creemos expresan la esencia de la oración cristiana, aunque, entre sí pueden, de algún modo, complementarse: "Es la íntima comunicación con Dios o, el misterio del encuentro del alma y Dios".

"Es la experiencia de la gracia de Dios que es presencia amorosa ante la misma persona de Jesús; adoración silenciosa en el amor al Padre; docilidad por amor al Espíritu Santo". De aquí podemos también deducir la realidad esencial de la vida cristiana: Solamente la caridad, que es esta atracción profunda, esta decisión íntima, hecha oración (y que lleva necesariamente a la acción por amor), en la

9 J. M. Castillo, *Oración y existencia cristiana*, Sígneme, 58.

presencia a la persona del Señor Jesús, solamente esto es el dato último que configura en definitiva la auténtica espiritualidad cristiana",¹⁰⁻¹¹

10. J.M. Castillo, o. c., 117.

11. "La gracia se inserta en la tendencia del hombre hacia Dios. Y desde ése como centro de la persona inicia el proceso de santificación. En este sentido ya hemos visto antes cómo la fe y la acción de Dios se enraizan en el "corazón" del hombre.

Toda conversión auténtica y todo itinerario espiritual tienen que arrancar del corazón" ("En la mentalidad hebrea, como es sabido, la palabra 'corazón' designa el asiento de la vida psíquica interior; es lo más profundo de la vida interna espiritual del hombre; de él brotan las experiencias de su vida intelectual, volitiva y afectiva. Pero teniendo en cuenta que tal realidad íntima será plenamente auténtica si de verdad invade al hombre entero"). "Lo malo es cuando la vivencia cristiana o la "llamada vida espiritual" no arrancan desde la base misma, desde una conversión que ha afectado las fibras más profundas del ser, sino que todo se ha reducido a la simple asimilación de una serie de usos y costumbres, de criterios superficiales y de una serie de prácticas que dan una especie de barniz, pero que a la hora de la verdad, en los momentos fuertes y serios de la vida o quizás en la monotonía de un trabajo sin alicientes, vienen a descubrir hasta qué punto se había construido un castillo de naipes y no el edificio bien fundado sobre roca, de que habla el evangelio. Muchas veces es lamentable oír a algunas personas que llevan ya años de una práctica religiosa o espiritual más intensa quejarse hasta con amargura de sus primeros años de formación: "Ese no era yo", se dice o se piensa en tantas ocasiones y cuántas veces con desengaño. Sencillamente la conversión no había tocado la personalidad auténtica, el yo verdadero estaba intacto y a la larga, claro está, termina por tomar la revancha. Es lógico que en tales casos, la vida de oración hace quiebras.

Tal es la historia repetida de los que después de algunos años de formación espiritual no se sienten comprometidos en absoluto con la vida de oración a la que terminan por no verle sentido. ¿Es que hubo una conversión auténtica y, por lo tanto, una exigencia de fe que arrancaba del mismo corazón? ¿No se puede pensar, más bien, que en tales casos no enfrentamos al tipo de una formación de barniz que inevitablemente termina por caerse para dejar al descubierto la verdad de lo que era tal persona? He aquí las cuestiones quizás más serias que tendrá que hacerse toda persona que quiera enfrentarse también en serio al problema de la oración".

J. M. Castillo, o. c., 108-109; cfr. Th. H. Green, L'Ouverture a Dieu, Supplements, n. 32, 1992, 21 -28.

Expresándonos de otro modo, en el intento de clarificar el misterio de la oración, hay que decir que ésta es "*cuestión de amistad*". Y en ella el amor es tan fundamental que sin él, se está fuera del ámbito de la oración. Pero precisamente por ser cuestión de amistad es también cuestión de confianza y abandono pasivo y activo a la vez, en Aquel del que recibimos su amor y al que respondemos con el nuestro.

Esto no quiere decir que lo hayamos de percibir siempre y que necesariamente tenga que entrar en acción nuestra afectividad. Muchas veces así será, porque, aunque el amor profundo tenga sus raíces "en el corazón" y allí sea suscitado por el Espíritu, también la sensibilidad se verá alcanzada por él. Pero otras muchas, el amor quedará replegado en el fondo mismo del ser, sin repercusiones aparentes de la sensibilidad. Y aun habrá ocasiones en las que el amor se reciba y se de en pura fe. Hay que dejar a Dios actuar confiados y abandonados a él, que, aun haciendo irrupción profunda en el alma, se comporta haciéndonos vivir la prueba de la fe y de la entrega de Jesús en Getsemaní. Es la experiencia pura de la gracia que viene de Dios y posee a Dios, pero se vive en una total confianza y abandono en medio de la noche oscura que purifica y hace caminar apoyados en el Señor. Dios hace, entonces, la oración en nosotros, y es preciso dejarse conducir por él y permanecer fiel a su pedagogía con el alma en este modo de orar.

De aquí se deduce que la originalidad de la oración cristiana es totalmente única dentro del ámbito de las religiones: No es la búsqueda de Dios por el hombre que se basa en el hecho "religioso" o en la estructura misma del hombre; sino que es la búsqueda del hombre por Dios que tiene su origen en el hecho "cristiano". O en la iniciativa de Dios.

Este se define por la fe y al revelarse Dios al hombre le interpela en todo su ser, realizando su más íntima realidad: ser Dios amor. El hombre responde por la fe, es decir se adhiere a él incondicionalmente y acepta la verdad de sus contenidos o verdades de su revelación. Es, en otras palabras, la experiencia y el compromiso de la fe. O como dijimos, más arriba: Aceptar sin condiciones a Cristo Jesús como norma de la propia vida. Esta definición de la oración es la que toca el núcleo más esencial de ella y enraiza la oración cristiana en su fuente más honda en el encuentro con Cristo y en su adhesión y compromiso.

Creemos que con lo indicado, aparece claro que la oración cristiana es, sobre todo, *oración de escucha*. Es, de otro modo, *dejar hacer a Dios en mí*.

Comprendida de este modo, se nos facilita superar los dos sustitutivos engañosos de ella.

-La *actividad excesiva, descontrolada*, aunque, obviamente, hemos de cooperar discretamente, conforme al modo de oración. El otro, sustitutivo engañoso, o en el que no es tan infrecuente que caigamos, podemos formularlo: como el *convertirla en laboratorio de reflexión sobre las propias ideas*}¹²

Dios, por su Espíritu, es el principal, no el único agente de la oración; a él, pues, hay que dejarle la primacía en la actuación. Y esta realidad es un poderoso incentivo y un fuerte llamamiento a que nosotros nos preparemos con diligencia y actuemos en ella sin absorber su acción, ni disminuirla.

El hecho de que más de una vez no acertemos con nuestra tarea y nos extralimitemos o nos quedemos cortos, se deberá, creemos, a no haber comprendido bien la esencia de la oración, o a una falta de dirección adecuada, o una buena voluntad no equilibrada, a una falta

de sensibilidad de la acción de Espíritu, etc. Es probable que tengamos que contar con esto, pero, en este punto una dirección acertada puede ayudarnos aun extraordinariamente.

12. A. de Mello, en varias de sus obras.

VI. PRETEXTOS PARA NO ORAR

Notas previas

1. No intentamos agotar el tema ni mucho menos.

2. Es un aspecto capital: tendemos a engañarnos y a engañar a Dios con sutilezas, no pocas veces, burdas, pero reales. De aquí depende, frecuentemente, nuestro rechazo camuflado de la oración y, consiguientemente, nuestro estancamiento en ella; nuestra pobreza y tibieza en la fe y como fatal consecuencia el alejamiento de Dios o una vida cristiana mezquina, de una mediocridad vergonzosa.

3. Frecuentemente necesitamos un toque fuerte de la gracia para despertarnos y hacernos caer en la cuenta de nuestro error, y aun mala voluntad; y la ayuda de personas competentes, sinceras, que busquen nuestro bien y no teman decirnos la verdad clara y discretamente.

1er. *Pretexto: NO TENGO TIEMPO:*

"Tengo tanto trabajo...! Todo mi tiempo está cogido, tengo llenas las 24 horas del día."

Y, por otra parte, ¿por qué consagrar a la oración tanto tiempo? Si el fin de la oración es unirse a Dios, te aseguro que estoy mucho más unido a Dios cuando diluyo mi oración a lo largo de la jornada, mientras voy y vengo".

R.:

Es cuestión de persuasión profunda, de una comprensión verdadera de la importancia insustituible de la oración en la vida cristiana; de darle la primacía que le corresponde..."¹

Es cuestión de haber comprendido verdaderamente quién es Dios: de su "dominio paternal"; de su ser infinito; de su paternidad amorosa sobre nosotros; de su providencia; de su anhelo de comunicarse con sus hijos; de entablar con ellos una *comunicación, un diálogo de amor...*

La negligencia, el abandono de la oración arguye una lamentable ausencia de motivaciones, de persuasiones, de comprensiones capitales del ser cristiano, de Dios, de la Trinidad. Y, quizá, lo más doloroso: de *una falta de amor*.

Es cuestión de no haber caído en la cuenta o de minimizarlos infinitos deseos del Padre de *irnos conformando, por el Espíritu, a la imagen de su Hijo, Cristo Jesús* (Rom 8, 29): de "dársenos El mismo" en creciente plenitud; de que realicemos en nuestra vida lo que somos por la "inhabitación" de la Trinidad en nosotros: hijos de Dios, en Cristo, por el Espíritu Santo.

Es una dificultad sin valor

Si estamos esperando a tener tiempo para orar, *nunca lo tendremos*: siempre habrá una ocupación, verdadera o ficticia que tienda a imponérsenos y a acapararnos.

Encontramos tiempo para las necesidades insustituibles de la vida: comer, dormir, descansar... Orar es una necesidad vital para el cristiano que quiere sinceramente vivir en Cristo y crecer en su vida espiritual.

Tenemos, pues, que encontrar tiempo para *la ocupación- primordial del cristiano: comunicarse con Dios*, su creador y su Padre:

- ◆ Hay que *organizar el horario* según las diversas posibilidades.
- ◆ Hay épocas (o días) en que la persona tiene una sobrecarga inevitable: asistir a un enfermo; tiempos de tesis, para un estudiante...

1. Soeur J, D'Arc, o. c., 39.

en las que sólo se puede reservar un poco de tiempo, pero esto constituye la excepción. Hay, además, que saberse desquitar en seguida, un fin de semana, alargar la oración para suplir lo que no se ha podido un día...

◆ Hay que *asegurarse un mínimo indispensable diariamente*. Si es imposible, tener un ritmo periódico: los domingos, los redros mensuales; jornadas de silencio y oración tomadas con frecuencia.

"Una rectificación profunda de lo que pensamos acerca del valor irremplazable de la oración y del ineludible deber de consagrar a ella el tiempo necesario, será lo que más contribuya a descubrir esos posibles períodos de tiempo"² y a dedicarle, dentro de nuestra realidad concreta un tiempo diario.

Estamos en un campo de fe. Es cuestión, en definitiva, de fe y de amor. La oración supone un gran espíritu de fe y un amor vivo al Señor.

Por mucha prisa que tengamos, por muchas ocupaciones que nos asedien, siempre se encuentra tiempo para las cosas necesarias en la vida. Por consiguiente, también para la oración.

La excusa, pues, es inadmisibile.

Es cuestión de "amor"

La falta de tiempo para orar, que con frecuencia pretextamos, no hay que buscarla, de ordinario, a nivel de lo inmediato. Si profundizamos más, encontraremos que la razón última de nuestra falta de oración en la vida, es la ausencia de un amor ferviente de Dios

en nosotros. "El que ama a Dios con todo su corazón, experimenta la necesidad irresistible de liberar este instinto de amor que existe en él y esta liberación no es otra cosa que la oración"³

2. Soeur J. D'Arc, o. c., 49,

3. J. Lafrance, Aprender a orar con Sor Isabel de la Trinidad; Edit. de Espiritualidad, Madrid, 1984, 51.

Tendríamos que preguntarnos sinceramente cuando nos tratamos de justificar ante nuestra conciencia: "Mi amor para Dios, ¿se mantiene vivo?" "¿O está soterrado, desplazado, aplastado por el cúmulo de preocupaciones que dejamos nos acaparen?"

2do. Pretexto: NO TENGO GANAS

R.:

Todos nos vemos atacados por la pereza. A veces, fuertemente, por más que se trate de algo tan digno y beneficioso para nosotros mismos como la oración. No hay que sorprenderse de esta tentación que va inscrita en nuestro ser tarado por la concupiscencia original y que el espíritu del mal aprovecha astutamente.

Frecuentemente sentiremos que la pesadez, la desgana, la falta de energía..., la pereza, en una palabra, hace acto de presencia precisamente *en los momentos en que habíamos decidido orar.*

A veces, puede tener su *causa inmediata* en cierta debilidad física, en el cansancio, en el malestar interior, que nosotros convertimos en tentación al apoyarnos en ella para evadir una obligación o determinación previa espiritual: orar. Entonces, la pereza tiene su raíz oculta en el vencimiento que prevemos lleva consigo realizar la obra y no estamos dispuestos a pagar. Entonces la causa última es la falta de generosidad, la debilidad de nuestra voluntad para afrontar un sacrificio, la mezquindad de nuestro amor para dar a Dios lo que nos pide, aun a costa del dolor que, en esa oportunidad, pueda implicar.

A veces, será una *costumbre inveterada* de la que nos cuesta desprendernos: la Televisión, la lectura de una novela, la conversación con un vecino, etc.

Esta *pereza se puede acentuar cuando nos hallamos en "sequedad" espiritual* seamos o no culpables de ella; cuando Dios parece ocultárenos y callarse; cuando pensamos que perdemos el tiempo, aparentemente, puesto que la comunicación con Dios, que buscamos, no se da al menos así lo juzgamos, etc.

Toda comunicación con Dios supone una salida de sí mismo, para ir a Dios, que ha tomado la iniciativa y nos invita a comunicarnos con EL Salir de nosotros, de nuestros pequeños intereses..., siempre nos cuesta. "Dejamos" para ir a Otro, por más que nos enriquezca y se comunique como un amigo, nos resulta doloroso y protestamos de mil modos: "no tengo ganas".

La oración no sólo supone, *es un acto de fe en Dios*: oírle, hablarle... Ir en *actitud "oblativa"* hacia El.

La fe viva es la negación de la pasividad y nosotros queremos recibirlo todo sin tener que molestarnos. Por eso la pereza es uno de los modos de evadirse ante la responsabilidad del orar.

Ta oración implica paciencia, perseverancia: paciencia para aprender, para continuar aprendiendo; para aceptar los caminos del Señor y nuestra pobre respuesta. Perseverancia en continuar nuestro caminar; en seguir, sin ver, muchas veces; en ser fiel a pesar del cansancio, del desaliento; del haberse estancado; del esfuerzo con que hay que colaborar a la gracia...

Y ante esta perspectiva nos sentimos perezosos, escogemos un camino más placentero, hacemos otra cosa que nos agrada más en esta situación...

No obstante, habrá ocasiones en que la pereza, como afecto de un cansancio físico real, aconseje descansar antes de orar, como efecto de un estado psicológico de perturbación emocional, etc., pida resolver antes la situación o, al menos, emplear un tiempo conveniente para tranquilizarnos. No es tiempo perdido, ni ceder a la pereza. Es disponerse para entrar en una favorable disposición física y psicológica, al trato con el Señor.

Sepamos distinguir bien las diversas situaciones y no culpamos injustamente. Sepamos actuar en circunstancias que, sólo aparentemente, son de pereza. Y si necesitamos alguien que nos ayude a aclarar nuestra situación y a actuar, echemos mano, sencillamente, de la ayuda que nos pueda prestar una persona competente y experimentada en los caminos del Señor.

El alma busca múltiples medios de evasión para eludir esta disciplina tan necesaria a la vida de oración. Romano Guardini ha descrito bien la situación paradójica del hombre el cual, por un lado, desea conseguir la unión con Dios, y por otro, rehusa la disciplina necesaria para conseguirla: "En general, al hombre no le gusta rezar. Es fácil que sienta al rezar una sensación de aburrimiento, un embarazo, una repugnancia, incluso una hostilidad. Cualquier otra cosa le parece más atractiva y más importante. Dice que no tiene tiempo, que tiene otras obligaciones urgentes; pero apenas se ha desentendido de rezar se entrega a hacer las cosas más inútiles. El hombre debe dejar de engañar a Dios y a sí mismo. Es mucho mejor decir abiertamente: "No quiero rezar", a usar semejantes argucias. Es mucho mejor no atrincherarse tras justificaciones como la de estar cansado, y decir clara y abiertamente: "no tengo ganas". La impresión que se obtiene no es demasiado buena y revela toda la mezquindad del hombre; pero es verdad, y partiendo de la verdad se avanza mucho más fácilmente que partiendo del disimulo".⁴

El deseo de orar es una señal clara de la presencia de Dios. No podemos tocarlo, acercarnos a El, a menos que primero no nos atraiga El hacia sí (Jn 6,44; 14,6). Puesto que él tiene mayor preocupación por nosotros que nosotros mismos, no pondrá en nuestra voluntad un deseo para frustrarnos; ni nos inspirará algo que realmente sea imposible.⁵

4. R. Guardini, Introducción a la vida de oración, 17-18; Cfr. CH. A. Bemard, en: Nuevo Diccionario de espiritualidad, Edic. Paulinas, 1983, Madrid, 102, citando a R. Guardini.

5. Th. H. Green, Opening to God, Ave. Maria Press, Indiana, 1987, 16.

Pero, el hecho de que no sintamos deseos de orar, no quiere decir que no oremos ni menos que el Señor no quiere que oremos. El mero hecho, el hecho fundamental de nuestra vida de ser hijos de Dios, está reclamando de nosotros una comunicación íntima con nuestro Padre celestial. Y El, ciertamente, lo anhela.

3er. Pretexto: ¡HAY TANTO QUE HACER APOSTOLICAMENTE! Y YA EL TRABAJO POR EL SEÑOR ES ORACIÓN

Es una realidad tangible y acuciante: es inmenso el campo que debe ser evangelizado; las personas que deben ser ayudadas en todos los sentidos: todos los brazos son pocos, toda la preparación es escasa, todos los medios resultan insuficientes... Pero es un error manifiesto acogerse a una realidad verdadera, más y más exigente en el celo apostólico, para minimizar, abreviar, *desplanar la oración.*

El hombre no es la divina providencia. Debe trabajar intensamente, pero no puede pretender remediar todas las necesidades.

Orar no es acogerse a la pereda; no es huir de la responsabilidad apostólica.

Al contrario:

Orar es la primera y más eficaz ayuda que el hombre de fe puede prestar a las almas:

Estamos en el campo sobrenatural en el que nada podemos, sino colaborar con la gracia. Es Dios quien hace eficaces nuestros esfuerzos. La oración es un medio principalísimo de cooperación.

Somos meros colaboradores. Debemos, pues, estar constantemente pendientes de la actuación necesaria de la gracia y ésta se consigue por la oración.

El apóstol debe seguir la pedagogía y el ejemplo de Cristo en su apostolado.

Las inmensas necesidades de las personas no le roban tiempo a la comunicación con su Padre; al contrario, *le empujan a orar más.*

Su oración al Padre se convierte espontáneamente en oración por los hombres: "Su oración modela en El un corazón lleno de ternura. De ahí es de donde El sacaba aquella piedad que le desbordaba cuando la muchedumbre acudía a El para recibir su palabra: "Sintió compasión de ellos..." (Mc 6, 34).

Revive el mismo amor que Dios manifestó con su pueblo y con los hombres a lo largo de todo el Antiguo Testamento.

En los últimos momentos de su vida, sobre todo, es cuando esa oración se expresa con mayor intensidad. "Que te conozcan, Padre..." (Jn 17).⁶

El ejemplo de los santos, hombres de profunda y constante oración y, comprometidos maravillosamente con los hombres, deshace todo argumento ficticio que nos puede desorientar en campo tan importante.

El argumento tan esgrimido hoy de que *el trabajo ya es oración, hay que analizarlos serenamente,* para ver hasta dónde puede ser válido.

Se supone tratarse de un trabajo en/prendido seriamente por el Señor, sin motivaciones espúreas.

Debe, por tanto, estar empapado de una gran pureza de intención; de una búsqueda sincera del bien ajeno y de la gloria de Dios.

Desde luego, pueden presentarse *situaciones de emergencia* en las que hay que dejar todo, aun la oración, pero éstas no deben ser, ni mucho menos, lo habitual. Son la excepción, por más que, a veces, presenten un carácter de urgencia.

En tales ocasiones de emergencia, sí podemos confiar en que Dios suple el fruto de la oración personal o tiempo dedicado a

6. J. Laplace, La oración, búsqueda y encuentro, 69-70.

El. Fuera de ellas, no podemos engañarnos para presentarle un pretexto en el que ni nosotros mismos creemos, si somos sinceros, o implican un desvío espiritual peligroso. La experiencia en este caso es abundante y lamentable.

Precisamente *el hecho del inmenso trabajo,* que pide ser realizado, exige de nosotros *un contacto íntimo y prolongado con quien es la fuente de la eficacia,* de la fortaleza, del amor en el servicio, de la perseverancia.

Los autores de vida espiritual son en esto claros y tajantes: No se llega a trabajar en motivación, ambiente interno de oración, si no ha precedido un tiempo "fuerte" dedicado al Señor expresamente. Dios, por su Espíritu, nos va adoctrinando orientando hacia Jesús a medida que somos fieles en irle dedicando tiempos especiales habitualmente.

El mismo Concilio Vaticano II es en esto transparente y nos quiere iluminar contra esta ilusión: "Solamente con la luz de la fe y con la meditación de la palabra divina es posible reconocer siempre y en todo lugar a Dios, *en quien vivimos, nos movemos y existimos* (Hech 17,28); buscar su voluntad en todos los acontecimientos, contemplar a Cristo en todos los hombres, próximos o extraños, y juzgar con rectitud sobre el verdadero sentido y valor de las realidades temporales, tanto en sí mismas con el orden al fin del hombre".⁷

Volveremos sobre el argumento poderoso y lamentable que presentan muchos religiosos, religiosas y seculares que, fascinados por esta idea ajena a la sana espiritualidad, se apartaron de la oración para sumergirse sin tasa ni medida en un apostolado que degeneró en "activismo" y dio, a sus tiempos, un fruto amargo.⁸⁻⁹

7. AA. (Sobre el apostolado de los seculares), n. 4.

8. Cfr. Th. H. Green, o. o., 36-43; Cfr. Mons. G. M. Carroñe, Rezar hoy, Rialp, Madrid, 1967, 80-106.

9. "Una de las manifestaciones del verdadero espíritu de fe es la oración. Vida

4to. *Pretexto: NO SIENTO NADA CUANDO ORO ¿PARA OUE PERDER EL TIEMPO?*

(En la instrucción siguiente tocaremos, desde otro punto, de vista este pretexto. A él remitimos).

5to. *Pretexto: NO SE ORAR:*

Es obvio, si nunca has orado. Alguna vez has de comentar. Por más libros que leas e instrucción que oigas (te ayudarán y facilitarán la oración) no aprenderás a orar si no te decides a orar.

Además, todos sabemos orar, aunque sea rudimentariamente. Tenemos que ir perfeccionando la oración con la guía del Espíritu y la

de fe sin expresión de oración, y oración sin verdadero espíritu de fe, sin ficciones, si es que no son contradicciones en si mismas. Quien dice hacer oración porque le dedica un tiempo en un lugar retirado y según el horario previsto, pero en su vida adopta actitudes y modos de proceder impropios de un cristiano, contribuye al desprestigio de la oración o da pie para que otros pretendan excusarse de ella.

Dirán: ¿Para qué hacer oración si se acaba siendo como esos: individualistas, comodones, críticos de todo y de todos cuantos no concuerdan con ellos? Por otra parte, afirmar que la oración formal es una pérdida de tiempo, que la oración personal sólo tiene sentido en situaciones especiales (cuando se siente y urge la necesidad o la inclinación a hacerla, etc.), es no menos infundado como principio funesto en la práctica. Una vida de trabajo intenso, de total dedicación y donación de sí en servicio de los demás, no nace y se alimenta de la fe y en la oración, o no dura.

Una larga y triste experiencia de defecciones viene a confirmar lo que en esta materia es largo testimonio y convicción de la Iglesia. Personas que desfallecen de repente, al parecer, en medio de una actividad apostólica de gran éxito, confiesan que en realidad ese desfallecimiento es el final de un proceso, a veces largo, de debilitamiento espiritual, de una falta de alimento interior, de no haber orado. Por cierto tiempo podían, a lo mejor, racionalizar esa situación con el slogan de "todo es oración"; pero casi siempre la realidad encubierta es que "nada era oración". Extracto de un Documento del P. General de la Compañía de Jesús, Pedro Arrupe, año 1976.

ayuda de personas competentes en la materia o de experiencia en el trato con Dios.

No te arredres, por más ignorante que te creas en este campo. Probablemente no es cierto. Aunque lo fuera, acercarse a Dios como nuestro creador y padre para entablar un sencillo diálogo con El, no debe ser tan inaccesible y reservado sólo a los santos. *Todos alguna vez hemos sido principiantes en la oración.* La humildad en ver sin exagerar nuestra realidad, la decisión en salir de ella y la fidelidad y perseverancia nos irán abriendo el camino a una oración más y más centrada e íntima.

No se trata de hallarse, ya desde el comienzo, en una alta oración contemplativa. Dios puede hacerlo, pero, ordinariamente, *tiene una pedagogía y una acción que hemos de respetar* y sobre la que se pide un discreto alerta.

El trato con personas deseosas de entrar y perfeccionar su relación con Cristo por la oración; de un sacerdote o secolar experimentado te ayudará a caminar y a superar el mal que puede causarte este pretexto, sin fundamento, para entrar en el trato con Dios, pedido por la más íntima realidad que hay en ti: hijo de Dios.

(Desde luego, hay otros pretextos que se ponen para evadir la oración. Los aquí enumerados, son bastante comunes, no los únicos. A su luz podremos deshacernos de otros semejantes, tan dañinos, o más, que ellos).

6to. *Pretexto: ¿PARA QUE SIRVE LA ORACIÓN? (O LA APARENTE INUTILIDAD DE LA ORACIÓN)*

Quizás sea la-dificultad, mejor, la tentación más sutil y peligrosa.

¿Qué sucede en la oración?, nos preguntamos, sin interrogarnos, en nuestro subconsciente.

Cualquiera otra actividad es sentida y palpada en sus efectos de algún modo. Si ocupamos nuestro tiempo en redactar un trabajo, en resolver un problema, en dar un consejo, en estudiar, en hacer algo manual..., vamos siendo conscientes, a veces de una manera palpable e inmediata, de que el tiempo gastado ha producido sus intereses. Con algo nos enriquecemos o enriquecemos a otros.

Pero en la oración, sobre todo cuando ésta es árida, seca o transcurre bajo el peso de una agobiante desolación, ¿qué ocurre, qué sucede para que merezca dedicarle un tiempo precioso que pudiéramos emplear eficazmente en otra actividad productiva? He aquí la gran tentación ante la que sucumben no pocos cuando intentan ser personas de oración, o han orado, aun por años sin ver, a su juicio, el resultado de su oración.

No se trata, ahora de solucionar esta dificultad presentando argumentos reales que la destruyan, aunque algo quedará indicado en lo que sigue.

"Lo que sucede no es tanto lo que el hombre hace, ejecuta, piensa, siente y quiere, cuanto lo que Dios obra en él, aunque no se pueda registrar en cifras".¹⁰

Si fuera una pérdida de tiempo, no se comprende la asiduidad diaria, la intensidad, el largo tiempo que el mismo Jesús le dedicaba a la oración, en medio de la sobrecarga y el verse abrumado de trabajo y rodeado de necesidades urgentes que remediar.

Ni se entiende cómo los santos y grandes apóstoles, antes de entregarse a sus agotadores trabajos apostólicos, gastaban largas horas para comunicarse con Dios en una aparente ineficacia.

Sin embargo, en esta inutilidad de la oración, sucede lo decisivo: El alma, la persona toda se puede comunicar con Dios, con el Creador y Padre, ansioso de poder compartir con sus criaturas e hijos, en la más cercana intimidad. Y esto, vivido en fe ¿no sería ya suficiente?

10. J. M. Castillo, Oración y existencia cristiana, Sigúeme, 1969,143.

¿Qué puede haber comparable con dedicarle, en la intimidad de nuestro corazón, un tiempo que no dudamos en derrochar con nuestros amigos, sin ocurrirnos que gastamos el tiempo dejando que se derrame nuestra amistad? No importa que, a veces, ni sintamos ni gustemos, ni percibamos la presencia y el amor de Dios. El tiene sus designios. La oración es un ejercicio de fe y la fe nunca es ineficaz.

Sucede lo decisivo. Nada hay tan importante en nuestra vida como realizar el consejo de Jesucristo: "Sean perfectos como vuestro Padre celestial lo es" (Mt. 5,48). Y el ideal de vida que San Pablo nos propone: ser imágenes vivientes de Jesús (Rom 8,29). Y ahí, en la oración, en su aparente inutilidad, es donde se realiza esta transformación de fondo; donde vamos absorbiendo la santidad divina, y nos vamos configurando a imagen de Jesús, imagen perfecto del Padre. Es una ocasión que el Espíritu Santo aprovecha intensamente para realizar esta obra. Sin oración no cabe ni santidad ni configuración con Cristo, ni entrega como El, con sus motivaciones, a los demás.

La oración está dentro del ámbito de la fe y del amor. Y su valor no puede medirse, fundamentalmente, por el provecho que de ella se espere. El que no esté dispuesto a vivir de fe y amor, no estará dentro del ámbito de la oración.¹¹

11. Algunos dicen: "encuentro a Dios más fácilmente en los prójimos y en el trabajo que en la oración retirada". Puede ser verdad, pero no se puede concluir de ahí que la oración privada no sea necesaria. Recomendamos el excelente capítulo del libro: "Compasión" de: D. P McNeill, D. A. Mornson, H. J. M. Nouwen, Sal Terrae, 1985, 53ss. En la oración como en la caridad, hay dos dimensiones que no pueden excluirse; la dimensión vertical hacia Dios y la horizontal hacia las criaturas. Las dos son absolutamente necesarias. En tiempos pasados se insistió mucho, tal vez exclusivamente, en la dimensión vertical, pero hoy se va al extremo opuesto con un exclusivismo horizontal equivocado.

RESUMEN: EL PROBLEMA DE LA ORACIÓN DIARIA

1. Consideraciones

No se trata de cumplir un mandato.

Es cuestión de vida o muerte para la vida cristiana vivida en profundidad de relación con el Señor y de sus repercusiones en la realidad cristiana de nuestra vida entera.

El estado de nuestra oración es el signo de nuestro raquitismo espiritual o del vigor de nuestra vida teológica.

2. Verdades-sofismas sobre la oración, hoy

Para mí, la vida de oración es mi vida de trabajo. Si mi actividad es para Dios, allí es donde elevo mi corazón a El.

No dice conmigo realizar la oración en momentos fijos; no son auténticos, al menos para mí.

Esta debe ser existencial, nacer de la vida; cuando ella, por tanto, lo exija.

Practicada en función de la vida, conduce a ella misma.

No somos monjes: nuestra vida y espiritualidad son de personas de acción.

Por otra parte, soy un hombre de trabajo: pedir que lea o reflexione, me fastidia.

La oración es algo muy personal e íntimo: No es posible establecer normas o ritmos para cada uno. Es algo que debe fluir de Dios y de uno.

He hecho oración por años y todo sigue igual. Conozco quienes oran con regularidad y faltan a la caridad más elemental...

El ritmo ordinario cotidiano no es el mío.

Conllevan un poco de verdad y mucho de falsedad. Su refutación, mejor es confrontarlas con una serie de evidencias, tomadas de la experiencia espiritual. Nada como la realidad para dar una respuesta válida. Las llamaremos principios.

3. Principios

Principio de culpabilidad

"Orar no es una obligación... si no lo hago, no es una falta". Cierto. Pero es un razonamiento inexacto. La exigencia del ser cristiano no es permanecer en el umbral de lo obligatorio y ele lo indispensable. No es para contentarme con lo mínimo de la obligación moral, para limitarse a evitar el pecado.

Es preciso, por tanto, colocar su vida en el estadio de lo generoso y de lo magnánimo. Para ello se necesitan muchas gracias. Se hace necesario beber en las fuentes de la Palabra de Dios para fortificar la fe y conservar la generosidad de corazón. Regatear la oración para una vida así, es correr el serio peligro de decaer y aun hundirse en la mezquindad.

Principio de falsedad:

Es ciertamente un principio general. Pero tan certero que viene a incluir todos o casi todos los pretextos que se ponen para no orar.

Lo lamentable es que, nos dejemos arrastrar por la pequeña verdad que pueda encontrarse en algunos de ellos y pasemos por alto cuanto encierran de falsedad y desorientación, y todavía más lamentable es que desconozcamos o dejemos a un lado la enorme verdad que se encierra en el hecho indiscutible de que orar es una exigencia de nuestro ser humano y de nuestra realidad cristiana. Partiendo del hecho indiscutible para un creyente de estas grandes verdades:

De haber sido creados por Dios a imagen y semejanza de él y, por tanto, que llevamos en nosotros su impronta: el anhelo de quien nos creó por amor.

De que somos hechos para El; nuestro destino es vivir con El eternamente y ya comenzamos a vivir esta vida por la gracia y la comunicación con El.

De que somos hijos de Dios, a imagen de Jesucristo y de que por pertenecer a su familia, hay en nosotros una exigencia íntima de comunicación con nuestro Padre en su Hijo Cristo Jesús. De que en nosotros habita, como en su morada el Espíritu Santo, cuya función es modelarnos conforme a la imagen del primogénito y modelo de toda creatura (Rom 8,29) y de suscitar la comunicación filial con nuestro Padre celestial (Rom 8, 26- 27; Gal 4, 6-7).

No se comprende entonces el valor que puedan tener todos los argumentos que esgrimimos cuando queremos librarnos de la exigencia más fundamental de nuestro ser: comunicarnos con quien nos creó por amor; con quien nos redimió por su Hijo, en el amor; con quien nos da su Espíritu para que suscite en nosotros el anhelo de esta comunicación filial. Hay en todos los argumentos que presentamos como irrefutables, una inconsciente persuasión de que nos engañamos.

Una de las pruebas manifiestas es que buscamos inconscientemente, sustitutivos, que van de los más sencillos a los más elaborados, para suplir el grito profundo de nuestro ser que clama por comunicarse con su Padre. Un argumento irrefutable es el de la experiencia de que cuando oramos con verdadera autenticidad ni buscamos tales sustitutos o nos vamos alejando de ellos porque hemos encontrado, lo que buscamos, la intimidad más profunda de nuestro ser.

No podemos negarnos a nosotros mismos. La alienación verdadera no es causada por una oración auténtica a nuestro Dios y Padre, que se irradiará en el trabajo por nuestros hermanos; sino por la huida de ella: porque huimos de nosotros mismos, al eliminar la dimensión esencial de "comunicación" con Dios, abandonando nuestra oración.

La necesidad de la oración personal privada es evidente por la misma doctrina teológica, la tradición cristiana y el mismo ejemplo de Cristo. Que se encuentre dificultad, no significa que no sea necesaria. Es obligación nuestra provocar esa oración personal y progresar en ella, como elemento necesario para conservar la verdadera dimensión horizontal de la verdad. Todos debemos procurar llegar a ser personas de oración. El descuido en este punto arrastra consecuencias perniciosísimas (P. Arrupe).

Recomendamos el excelente capítulo de Hans (Urs. von Balthasar: "Oración desfasada", en su obra: el cristianismo es un don, Edic. Paulinas, Madrid, 1973, 151-157.

Igualmente recomendamos el capítulo de P. Descouvemont, de su libro: Guía de las dificultades de la Fe católica, Desclée de Brouwer, 1992, 641-649. Enumera las principales dificultades u objeciones contra la oración y da una solución breve, pero muy acertada y llena de equilibrio.

VII. HE PERDIDO EL HÁBITO DE ORAR

El P. E. Posset que trata este punto con gran equilibrio y competencia, tiene una nota que es preciso tenerla presente: "Abandonar la oración", dice, debe entenderse bien. La oración es movimiento de fe. El que conserva la fe ora, de un modo o de otro. El perder la fe no es como perder un pañuelo: ni siquiera se abandona por completo la fe cuando se dejan de practicar los ejercicios de la oración prolongada. Entendámonos bien. Aquí hablamos solamente del abandono de estos últimos. Por lo que toca a la tradición espiritual de la Iglesia, un abandono de esa clase crea para un sacerdote, un religioso, una religiosa, una situación anormal, y la opinión constante de los maestros espirituales la declara perjudicial a la vida de unión con Dios que debe prevalecer y crecer en ellos.¹

1. Una realidad

Lo es de siempre, pero nos atrevemos a afirmar, que en nuestros días ha tomado unas proporciones anormales. Son no pocos los sacerdotes y religiosos que, después de pasados unos años de haber profesado o ejercido el ministerio sacerdotal, abandonan progresivamente la oración, aun habitualmente.

Semejante abandono de algo tan importante para el que se ha consagrado al Señor y puesto a su disposición para imitarlo y cooperar en su Reino, crea una situación precaria y peligrosa frente a la vida, al ministerio y a la misma vocación...

1. E. Pousset, Oración perdida, oración otra vez encontrada, en: Orar con madurez, México, 1972 (Varios), 55, nota 3.

La experiencia va dando que ni el sacerdocio ni la vida religiosa se pueden vivir con gozo, perseverancia y fidelidad sin la ayuda de una comunicación frecuente en la oración con Dios. La oración no solamente tiene la virtualidad de fortalecernos espiritualmente, nos va adhiriendo profundamente a Jesucristo y dándonos sus mismos sentimientos y modo de proceder frente a un mundo que intenta absorbernos.

Enfriarse en la oración y dejarla a un lado es predisponerse a ser víctimas de los enemigos que están dentro y fuera de nosotros. La realidad en este punto es amarga. Y aunque no se llegue al abandono de la vocación, se vivirá ésta en una mediocridad lamentable, por más que las obras que se realicen parezcan decir lo contrario.

La misma interpelación y el ejercicio del ministerio se verán afectados muchas veces. Pero nos disponemos a tocar solamente estos efectos.

2. ¿Por qué se abandona la oración?

Es un tema al que no resulta fácil responder. Un médico puede ver fácilmente los efectos, pero diagnosticar la causa de la enfermedad... Apuntamos algunas razones que pueden ser- válidas, también para los laicos a los que se tiene en cuenta, también.

Algunas causas

Del género de vida a la imposibilidad psicológica:

No tratamos de culpabilizar a la persona, sino de exponer una de las causas no infrecuentes de perder la oración.

Quizá fue dedicada a estudios especiales, quizá se sobrecargó con trabajos de enseñanza, de asistencias diversas a enfermos, necesitados..., quizá se fue sumergiendo gradualmente en problemas de otros que reclamaban su asistencia y llegó a darle la totalidad de su tiempo y de sus energías... Todo esto y otras causas análogas, fueron creando en ella (en la persona) cierto estado de satisfacción junto con una sobreexcitación psíquica y la fatiga de jornadas agotadoras... Todo ello, hasta algún punto inconscientemente, la condujo a una fiebre de actividad tal que se le volvió una imposibilidad psicológica permanecer un tiempo largo sin la actividad, la eficacia palpable, la responsabilidad, la necesidad ajena... parecían estar en contradicción con el reposo, el sosiego, la espera, cierta pasividad que demanda la oración. Lo que en un principio le resultaba apetecible y, ordinariamente, sin grandes dificultades, se le convirtió en una imposibilidad psicológica.

Puede ser que en los comienzos de hallarse hundidos en esta situación de abandono de la oración, la conciencia se sienta afectada y el sujeto actúe con cierto remordimiento de haber dejado lo que tanto le recomendaron y practicaba sin mayores turbaciones; aun con la conciencia de ver crecer su vida espiritual y de la persuasión de encontrarse realmente en comunicación con su Dios.

Pero a medida que el tiempo pasa se va aquietando la intranquilidad interior y llega a considerar como una situación normal la suya.

La experiencia parece indicar que ésta es una causa frecuente del abandono de la oración, sobre todo en la etapa de una al menos relativa juventud: El descubrimiento de la vida, del "realizarse" humanamente, el entusiasmo desbordante por la actividad, por actuar y

darse al máximo a los demás, le absorbe. En esto, obviamente, hay una parte de verdad y de verdadera exigencia, pero el buen sentido, el equilibrio y la necesidad de todo cristiano que quiere vivir su vida cristiana en profundidad, no deben nunca abandonarnos. La dificultad se halla en distinguir lo que es auténtico celo de lo que camufladamente es engaño. En esto puede ser una ayuda muy eficaz la consulta o dirección de un hombre verdaderamente espiritual, de experiencia y conocedor real de los caminos del Señor junto con un probado discernimiento.

Cuando se dan signos de cierta imposibilidad psicológica de orar, de recogerse interiormente y de conservar un pacificante silencio interior que sustente la vida espiritual, es hora de tomar medidas, sin retrasarlas, para que la situación no se agrave y la oración pase a ser algo que existió, pero que se ha abandonado ya.²

Una forma de oración que no le va

Decíamos resumiendo, en el apartado anterior, que la prisa por vivir y actuar hace más difícil la oración; que el servicio a los demás, cuando sobrepasa lo sanamente discreto y razonablemente abnegado, termina por no dejar sitio a la oración. Hay otra causa que está muy emparentada con ella, aunque parezca no tener relación apreciable: acomodar la oración a sus nuevas condiciones de vida, a sus necesidades actuales, distintas de los años de formación.

No se quiere decir que lo enseñado y practicado entonces ya no tenga validez al presente. Siendo aplicable también ahora, probablemente necesitará cierta acomodación y, en buena parte, al menos en no pocos casos, una sustitución o complemento.

Es frecuente que en los primeros tiempos de entregarse a la oración se comience por enseñar y urgir a que se practique la llamada oración "discursiva", la "meditación". Personalmente, y es el sentir de los autores espirituales, creemos que es una oración muy rica y que admite modos diversos, aunque el núcleo permanezca. En la gran tradición oracional de la Iglesia ha tenido un puesto muy destacado y ha sido fuente de penetrar el misterio de Dios y de vivirlo en la realidad de la vida.

2. E. Posset, o. c., 56-58.

Ciertamente la meditación, como diremos, en otra obra, no es para sí misma; ni termina la comunicación con Dios en la mera reflexión. Así es, al menos en el método ignaciano de meditación tan mal interpretado muchas veces. La reflexión sobre una verdad, que pasa después a ser una reflexión que se personaliza en mi propia historia y realidad, ha de conducir a la auténtica comunicación con Dios por los afectos. Estos, que brotan al calor de la meditación, nos llevan y nos sumergen en la comunicación íntima con Dios, pero en conexión con la verdad reflexionada. Esta viene a ser el soporte y la materia de la que se vale el Espíritu Santo para suscitar en nosotros afectos en consonancia con lo meditado. Por ejemplo, arrepentimiento y dolor después de haber reflexionado sobre la malicia que encierra el pecado, mi pecado.

Siendo esto verdad, puede ocurrir, de hecho ocurre que una persona, sumergida, amparada por los quehaceres de la vida, por las fuertes preocupaciones del cotidiano vivir, o, simplemente, por la prisa de la vida que les mete por todo el ser, dificulten realmente este modo de orar y estén pidiendo otra forma más sencilla, más afectiva, más contemplativa. En modo alguno se quiere decir que se busque un sustituto del recogimiento ni de la misma oración prolongada. Ni que se desplace totalmente la meditación, como algo que valió, pero ya no es este caso concreto. Solamente se indica que lo que antes resultaba relativamente fácil se ha vuelto difícil. Las personas que se hallan en las situaciones descritas necesitan sentirse un poco *activas* en la oración, pero de otro modo que lo eran en la oración discursiva.

Quizá otro modo de orar: estar en la presencia del Dios vivo, sin meterse a analizar un tema, detenerse y repetir una frase que les ha tocado interiormente, de un salmo o de un pasaje de la Escritura, una oración repetitiva y rítmica, una oración de alabanza y acción de gracias, etc., les resulten realmente fáciles, nutritivas espiritualmente y sirven para recogerse aun profundamente y crear el silencio interior que les resulta difícil en la oración antes practicada.

La tibieza espiritual que se deja ir sin ponerle remedio

Tocamos un punto de especial importancia y dificultad. No hay autor espiritual que no lo tenga presente y lo aborde, de un modo o de otro. Y todos convienen en la peculiar dificultad que ofrece a la hora de enfrentar la realidad: una oración que ha decaído o se ha abandonado porque la vida espiritual ha ido descendiendo hasta un punto en que el termómetro marca "tibieza".

Nos encontramos envueltos en un círculo vicioso: por una parte, una vida espiritual "tibia" se hace sentir primordialmente en el decaimiento consciente de la oración, que puede llegar hasta el abandono; por otra parte, la oración tibia o abandonada hace descender la temperatura de la vida espiritual. La oración, viene a ser, por tanto, causa y efecto.

La frialdad de una vida espiritual del abandono de la oración, no sucede de una vez. Queremos decir que se ha dado un proceso, aunque tenga un momento determinado en que me decido a no orar, a lo largo de meses y aun años. Las causas pueden ser el influjo de amistades religiosamente envueltas en la "mundanidad"; más o menos tocadas de "secularismo". Su influjo se irradia insensiblemente, a través de una convivencia frecuente, muchas veces, aunque no medien discusiones ni cambios de vista de ideas y creencias y prácticas religiosas.

Otras veces, puede ser la lectura indiscriminada de libros con doctrina sana y aceptable en parte, pero tocados de ideologías y normas de proceder ajenas a la doctrina y práctica enseñada por el Magisterio de la Iglesia o por la tradición viva del sano pueblo de Dios y de los autores espirituales que han sufrido el paso del tiempo y han quedado en la Iglesia como verdaderos maestros. Otras veces, y aquí San Ignacio enumera la causa, el descuido consciente del alma en sus Ejercicios espirituales: la poca delicadeza con el Señor; el trato que le

damos al margen de su realidad divina y de su amor para con nosotros.³

Sea cual fuere la causa de la tibieza espiritual, nos hallamos ante un fenómeno preocupante. La misma Sagrada Escritura se hace eco de él en el libro del Apocalipsis y lo pone al descubierto con aparente crueldad. Al ángel de la Iglesia de Efeso escribe, después de haber alabado sus buenas obras (Ap 2,4; 3, 15-16). "Pero tengo en contra tuya, que has perdido tu amor del principio" (Ap 2,4). Toca el punto neurálgico: has decaído profundamente en el amor que es la fuente y la cima de todas las virtudes. Y al ángel de la Iglesia de Filadelfia le dice las terribles palabras que tantas veces nos han hecho estremecer: "Yo sé lo que vales: no eres ni frío ni caliente; ojalá fueras lo uno o lo otro. Desgraciadamente eres tibio, ni frío ni caliente, y por eso voy a vomitarte de mi boca (Ap 3, 15-16).

No es fácil sacar al alma tibia de la sima en que ha caído, ni, consiguientemente, hacer que recupere la oración perdida. Pero no es imposible. Por eso, se impone una pedagogía especial que Dios, en su misericordia, quiere practicar con el alma para llegar a comunicarse de nuevo con ella en intimidad.

No saberse manejar en tiempos de "desolación":

San Ignacio de Loyola, insigne maestro espiritual, ha añadido a la rica tradición de la Iglesia católica, unas reglas de discernimiento en sus Ejercicios espirituales.⁴

En ellas nos describe, con mano maestra, en una apretada síntesis, las dos frases fundamentales que marcan la vida interior del cristiano. Se trata de dos fases alternantes que se suceden, con mayor o menor regularidad e intensidad, pero que afectan a toda persona que trata de servir a Dios y de asemejarse a Jesucristo. El también, en su santa Humanidad, las experimentó.

3. EE. 332.

4. EE. 313-336.

San Ignacio las ha condensado en dos palabras, ya clásicas, en la vida espiritual: "consolación" y "desolación".⁵

No es ésta la oportunidad para describirlas en detalle. Pero insinuamos algunos rasgos que nos puedan hacer vislumbrar de qué se trata y así poder llegar más fácilmente a comprender el enunciado superior.

No se trata de un estado "eufórico" psicológico, ni de una "depresión" que responde a una situación anímica interior.

Aunque la consolación y la desolación pasen por nuestra psicología, tienen siempre una referencia directa a Dios o las cosas de Dios.

Pero esa referencia podríamos llamarla "positiva" o "negativa". Es decir, en la consolación Dios gratuitamente se comunica al alma, se deja percibir por ella en una intensidad variable, según sus designios. Puede ser suave de modo que nos recuerda el paso del Señor junto a Elías en la brisa, símbolo de su presencia (1 Rey 19, 12-13) o de una intensidad de gozo que nos haga presente la intensa alegría del Señor a la vuelta de la misión de sus discípulos (Lc 10, 21-22).

De otro modo, la consolación es la percepción, con mayor o menor intensidad, de la presencia de Dios. En ella nos inunda con su gozo, con su amor, con lágrimas por nuestros pecados; nos hace percibir el aumento de fe, esperanza y caridad; nos pacifica con una calidad de paz interior no fácil de describir porque pertenece a un nivel sobrenatural que no se deja manifestar fácilmente.

Entonces la oración, en la que esto ocurre con frecuencia, se nos hace deseable, nos llena de satisfacción sobrenatural y aun psicológica. Todo parece tomarse asequible e inundado de Dios porque su gracia se nos ha dado perceptible y todo nuestro ser se siente tocado por la bondad y la magnificencia de Dios nuestro Padre. La consolación auténtica viene de Dios, causada por la actuación de su Espíritu en el espíritu humano.⁶

5. EE. 316-324.

Pero no siempre es así. Ni aun sería beneficioso que nuestra vida espiritual transcurriera en una constante consolación. Nos aferraríamos a ella y llegaríamos a apropiárnosla como algo que se nos debe y nos pertenece. Es aconsejable pedirla con insistencia humilde y con plena disponibilidad a lo que Dios quiera darnos. Una consolación bien empleada se convierte en un poderoso aliento para caminar con rapidez en el seguimiento de Jesús.

Pero la realidad espiritual es testigo de excepción de que Dios mezcla sabiamente, en la medida en que podemos llevarlas, la consolación y la desolación. Puede, por temporadas, predominar una u otra.

La "desolación" o "referencia negativa" de que hablábamos, es todo lo contrario a la consolación. Así lo afirma San Ignacio.⁷

Nos bastaría, por tanto, recordar qué es la consolación, sus campos diversos de manifestación, y afirmar a renglón seguido: La desolación, pues, es todo lo contrario. Son dos estados alternantes que se oponen. Quizá el resumen que sintetiza el estado interior espiritual del alma en la desolación, lo expresa admirablemente San Ignacio cuando afirma que el alma se halla "como separada de su Criador y Señor".⁸

6. I. Larrañaga, Muéstrame tu rostro, Edic. Paulinas, Madrid, 1979,77-87; 215-230; L. de Grandmaison, La vida interior del apóstol, Apostolado de la oración, Buenos Aires, 1982,87-96; W Johnston, El ciervo vulnerado, Edic. Paulinas, Madrid, 1986, 58-73.

7. EE. 317.

8. EE. 317.

Ya dijimos antes que la consolación proviene de Dios, sea de El directamente, sea del ángel bueno o sea de las raíces del bien que hay en cada uno de nosotros, aun después del pecado original. Por el contrario, la desolación no proviene de Dios sino, en fraseología ignaciana, del mal espíritu. Por éste ha de entenderse unas veces del mismo Satanás y también de las raíces del mal que subsisten en cada uno, como residuo maligno del pecado de los orígenes. Dios solamente lo permite. Pero en sus designios está ordenado al bien de los que aman a Dios (Rom 8, 28).

La desolación, sobre todo cuando es intensa y duradera resulta profundamente dolorosa. Y se da en todos nosotros una fuerte tendencia a salir de ella, a veces como sea.

Aquí, entonces, nos encontramos con su peligrosidad. Llevada con paciencia, con fortaleza y perseverancia en la oración y en el humilde clamor a Dios, se convierte en un instrumento de purificación interior admirable. Es también, por lo mismo, un modo de avanzar y crecer espiritualmente. Y esto aun en el supuesto de que la desolación tenga su causa en nuestra culpa por el comportamiento que hemos observado frente al Señor.⁹

Pero el hecho de que perdure, aun largo tiempo y que no encontremos consuelo alguno, puede conducirnos a tomar actitudes totalmente desaconsejables, fuertemente dañosas para la vida espiritual.

La desolación suele tener un campo privilegiado en la oración. Y aquí, por tanto, está su mayor peligrosidad. San Ignacio da consejos atinadísimos respecto del modo de proceder en esta crisis espiritual: persistir en la fidelidad al tiempo de oración; hacer penitencia, alargarse en el orar, clamar confiadamente al Señor.¹⁰

9. EE. 322.

10. EE. 324.

Pueden añadirse otros recursos que la experiencia da ser altamente beneficiosos como acudir a una persona espiritual, conocedora de los caminos de Dios con el carisma de alentar y de fortalecer...; variar el modo de orar...

Lo que a todo trance se ha de evitar, y San Ignacio insiste en ello con vehemencia, es no tomar determinación alguna que contradiga la que se ha hecho en tiempo de consolación cuando veíamos a la luz de Dios lo que beneficiaba al alma o era la voluntad de Dios para nosotros."

Aquí nos hallamos en plena aclaración a la formulación con que encabezábamos el apartado. Cuando no sabemos proceder debidamente, tendemos a pensar que orar en tales circunstancias es perder el tiempo y que sería mejor hacer cualquier cosa provechosa. Sin embargo, la mera presencia de Dios en fe, es un modo admirable de orar y Dios, sin estar condicionado por hacérsenos sentir, hará que el alma seque el fruto que, en sus designios había. Jesús en Getsemaní es el ejemplo más elocuente del proceder que debe seguirse y del fruto que le aportó su perseverancia: salir fortalecido para ir a la pasión (Le 22,42). Nosotros caemos fácilmente en la tentación de acortar la oración; al principio quizá sólo unos minutos; después iremos pasando a un tiempo más largo. Y no es raro que terminemos dejando la oración. No hemos dejado engañar infantilmente y hemos procedido contra todo buen sentido espiritual, acaparados por el malestar interior que sentíamos.

Esta tendencia a desertar se agrava por el hecho de que los pensamientos, en expresión ignaciana, que salen de la desolación, van en la misma línea de ésta: son negativos, desalentadores, en apariencias razonables; en realidad fatales. Dos fuerzas que se aúnan para llegar a abandonar un recurso espiritual tan de primera necesidad.¹²

11. EE. 318.

12. EE. 317.

Sin embargo, no hemos de olvidar que no estamos solos: en el fondo de nuestro ser se halla la gracia de Dios, la ayuda del Espíritu que desea actuar para fortalecernos y hacer que perseveremos hasta que Dios nos vuelva a visitar en la oración.⁶ Dejarse envolver por las ocupaciones y problemas: No creemos exagerar si afirmamos que el deseo de llevar con eficacia una obra apostólica o la falta de personal empuje a superiores y superiores a acumular trabajos sobre los hombros de jóvenes religiosos o religiosas salidos al tráfago del colegio, la asistencia social, la ayuda parroquial... La novela del ministerio, el deseo sincero de colaborar, la obediencia, las necesidades reales de tantas personas, la insistencia de peticiones etc., se aúnan no pocas veces con la generosidad del religioso o del sacerdote, que hace sus primeras armas, para envolverlos y comprometerlos en trabajos más allá de lo razonable.

En un principio, con un esfuerzo, a veces, sobrehumano, logran conservar el ritmo de oración antes observado. Pero la persistencia, y un agravamiento, de las ocupaciones, va haciendo que insensiblemente le vayan restando tiempo a la oración. Si esta situación se prolonga y ven que los superiores están, en la práctica, muy poco interesados en su vida espiritual de oración, que su interés principal se halla en la obra, en la eficacia del trabajo, en el éxito, no es difícil que llegue el momento en que la oración pase a ocupar un puesto secundario y desde ahí se consume el abandono.

Seríamos injustos si dijéramos que siempre se da este proceso; pero también lo seríamos si omitiéramos darse este hecho y no con rara frecuencia en la vida religiosa y sacerdotal.

13 EE. 320.

Otras veces el abandono de la oración se da al margen de una sana y diligente formación teórica y práctica sobre ella: Se ha valorado suficientemente su importancia, se ha insistido en el papel fundamental que juega en una auténtica marcha hacia la santidad que los laicos de buen sentido y sensibilidad religiosa esperan ir encontrando en sus sacerdotes y almas consagradas a Dios. Se han enseñado modos distintos de orar para acomodarlos a situaciones variadas en que la persona puede hallarse; se ha ponderado la acción del Espíritu Santo en el alma que está guiándola en su oración... No hay motivo para afirmar deficiencia en la formación dada ni en el hábito de orar que se ha ido creando a lo largo de los años de seminario, noviciado, estudiantado y entrenamiento religioso laical.

Pero el mundo, la parroquia, el colegio, la profesión, el trabajo están llenos de exigencias y de problemas. No somos insensibles a ellos; nos afectan, nos duelen, nos reclaman, nos entregamos con ardor y, poco a poco, se van apoderando de nosotros de modo que absorben nuestro tiempo, nuestras energías, nuestras preocupaciones dentro y fuera de la oración. Vivimos en ellos y para ellos, pero no en una sana medida, de modo que lo fundamental religioso quede bien defendido y sintamos la llamada del Espíritu para acudir más a la oración por la mayor necesidad que de ella tenemos.

Sencillamente la abandonamos y buscamos, racionalizando, defendernos del reclamo de la conciencia, inventando pretextos que nos llegamos a creer verdaderos.

Las consecuencias no tardarán en hacerse sentir: toda la vida espiritual se vive en una lamentable mediocridad. Embriagados por el trabajo, quizá no captemos nuestra situación real; si nos llegamos a dar cuenta, es posible que más o menos conscientemente, renunciemos al ideal de seguir, cada vez más de cerca, a Jesucristo. Nuestro trabajo, a los ojos de quienes no penetran en nuestro interior, puede ser muy apreciado. Pero algo falla seriamente y, no es tan raro que se hayan comenzado a dar los primeros pasos del abandono de la vocación y aun del mismo sacerdocio. El espíritu del mal es muy sutil para mantenernos en esta peligrosa situación y se alia con nosotros para hacernos bajar más espiritualmente y aprovecharse de nuestra debilidad interior.

Tantas veces hemos oído decir a hombres insignes de hoy día y leído en autores realmente comprensivos pero conocedores de los caminos del Señor: La vida religiosa y el sacerdocio no pueden vivirse en una auténtica profundidad ni en una búsqueda y respuesta sincera al Señor sin la oración!

Hay un termómetro tan al alcance de nuestra mano para medir la verdad de estas afirmaciones: la vida de los santos y de las almas religiosas y sacerdotales realmente enamoradas de Jesucristo y deseosas de realizar lo que de hecho son por su profesión. La oración se halla como una prioridad que no puede ser sustituida si no es por vía de excepción, cuando tenemos que dejar a Dios por Dios.

Por otra parte, estos mismos varones nos confirman con su vida y sus obras que la oración es el mayor estímulo para comprometernos con los trabajos más arduos y abnegados. Al fin, se da en ellos, en una dimensión pequeña pero auténtica, lo que se dio con plenitud admirable en Jesucristo.

Pero hay motivos especiales que urgen su necesidad y su práctica en aquellos, que, por supuesto y ministerio, están llamados a hacer visible la santidad de la Iglesia.

(El tema es por demás interesante, pero lo omitimos).

Como una conclusión urgente y que no admite demora, aunque se realice progresivamente, surge la necesidad de recuperar la oración perdida. Los modos pueden ser diversos de acuerdo a la situación, realidad espiritual del alma, etc. Pero sería lamentable no hacer nada o tan superficial que más bien fuera un piadoso engaño para nosotros. El mundo en que vivimos y, sobre todo, lo que es en sí, el sacerdote, el religioso o religiosa, el laico comprometido, nos urgen y exigen ser "hombres de Dios", que implica ser "hombres de oración".¹⁴

14. Cfr. M. Nepper, Para encontrar o volver a encontrar gusto en la oración, México, 1966; E. Pousset, Orar con madurez, (Varios), México, 1972; B. Elaring, La oración, en: Nuevo Diccionario de espiritualidad, Edic. Paulinas, Madrid, 1983, 1015-1024; G. Thils, Existencia y santidad en Jesucristo, Edic. Sigüeme, Salamanca, 1987, 417-433; R. Voillaume, Orar para vivir, Edic. Narcea, Madrid, 1978; S. Galilea, La amistad de Dios, Edic. Paulinas. Madrid, 1984, (pasaim); I. Larrañaga, Muéstrame tu rostro, Edic. Paulinas, Madrid, 1979, 216.

VIII DIFICULTADES EN LA ORACIÓN

(Señalamos algunas de las más ordinarias; hay, sin duda, otras que el alma orante sabrá descubrir. A la luz que aquí se intenta aprender el modo de hacer frente a ellas).

La dificultad por la dispersión y distracción interior:

A. La dispersión interior

Este es el problema de los problemas para quien quiere internarse en la intimidad con Dios: la dispersión interior. Si conseguimos atravesar este verdadero "rubicón" sin ahogarnos, ya estamos metidos en el recinto sagrado de la oración".¹

En qué consiste

En la carga vital con que la vida, los acontecimientos, las circunstancias, las ocupaciones... nos abruman interiormente: preocupaciones, esperanzas, desconsuelos, proyectos, frustraciones, sentimientos, recuerdos...

El hombre es *unidad*; tiene que vivir integrado en la unidad de tantas "pluralidades"; acercarse a tratar con Dios que es UNIDAD.

La oración es el encuentro de dos unidades, la pequeña, débil... del hombre; la sustancial, infinita de Dios.

1.1. Larrañaga, Muéstrame tu rostro, 180; Card. Martini, Itinerario espiritual, Edic. Paulinas, 24-27.

Esta complejidad de "fenómenos" amenazan con desintegrar la unidad interior del hombre y dificultar enormemente la comunicación con Dios.

A nivel "subconsciente" el hombre está invadido por multitud de motivaciones, impulsos, instintos, deseos, recuerdos aparentemente olvidados que hunden sus raíces en el subconsciente irracional.

Cuando menos se espera, por causas que parecen no tener explicación o por la entrada en acción de las leyes de asociación, se ponen en actividad y pueden llegar a ser un gran obstáculo para la oración o trato con Dios.

Qué supone orar, o comunicarse en intimidad con Dios:

Supone (no siempre ni plenamente conseguido), un "pensamiento puro": el dominio de la mente, para fijarla, centrarla en un punto, (Dios), donde se establece el contacto con El, en la paz, silencio, unidad.

Supone el equilibrio de la "afectividad". La actividad de los afectos que entran en acción, no dispersados, sino unificados en Dios, al servicio de la razón, de la voluntad, de la fe.

Y este doble dominio, bajo la gracia y nuestra cooperación, tiene por objeto unificar el mundo de fenómenos que pasan por nosotros y tienden a "dispersarnos interiormente"; por tanto, a dificultarnos o a impedir nuestra comunicación con Dios.

Supone que el acto de fe, por el que afirmamos que "Dios está aquí" tenga el suficiente peso para nosotros.²

B. Las distracciones:

Tienen mucho de común con la dispersión interior. Muchos autores las identifican. Aunque tengan matices que puedan diferenciarlas, no debemos hacer problema de una doble realidad tan afín.

2. A. Bloom, Priere vivant, Du Cerf, 1973, 67.

Quizá Se Pudiera afirmar que las distracciones; son la causa de la dispersión interior de la atención. Dispersión y distracción provienen de causas determinadas y, aunque la causa inmediata de la dispersión provenga de la distracción ésta a su vez, tiene las suyas propias que, no pocas veces, son también las de la dispersión.

Por eso, en la práctica, no se le da mayor importancia a distinguirlas.

Qué son:

"Las distracciones, en general, son pensamientos o imaginaciones extrañas que nos impiden la atención a lo que estamos haciendo".³

Se da en la vida ordinaria, en las ocupaciones, trabajos, tareas, etc., que exigen cierta concentración. Distraen al espíritu de lo que quiere hacer, no obstante, su deseo inicial y su firme voluntad; desvían de la continuidad de la obra, a veces inconscientemente, otras consciente o consentidamente. Unas veces por causas exteriores, otras por representaciones interiores.

El resultado es, la ausencia del espíritu de donde debiera estar.

La vida espiritual no escapa a ninguno de estos modos de distracción. Con la diferencia de que aquí se trata de Dios o de las cosas de Dios.⁴

Causas:

Independientes de la voluntad:

Una salud débil.

El cansancio o fatiga mental.

La situación interna: preocupaciones absorbentes; noticias desagradables recibidas o, al contrario, noticias agradables que exaltan a la persona.

3. Royo Marín, Teología de la perfección cristiana, BAC, 1955, 596.

4.R. Vernay, "Distractions", Dictionnaire de Spiritualité, col., 1347.

- La situación externa: la absorción por las cosas exteriores.

El temperamento.

Una imaginación viva e inestable.

Incapacidad, por falta de hábito u otras causas, de fijarla atención sostenidamente en una idea, hecho, persona...

Incapacidad de suscitar y emitir afectos ordenados.

Pasiones (sentimientos) no dominados que "atraen continuamente la atención hacia los objetos amados, temidos, odiados".

La ley de asociación de imágenes, que entra en acción.

Una dirección espiritual poco acertada: "Que quiere imponer artificialmente las propias ideas, sin tener en cuenta el influjo de la gracia, la índole, el estado y las necesidades de la misma, empeñándose, v. g., en hacer continuar la meditación discursiva cuando Dios le mueve a una oración más sencilla y profunda o apartándola demasiado pronto del discurso cuando lo necesita todavía ..."⁵

La aridez 3spiritual: sin producir directamente las distracciones, sí las favorecen.

El demonio: o directamente o, sobre todo, valiéndose de otras causas, aumentando su eficacia perturbadora, para alejar al alma de la oración o, al menos, para privarla del fruto de la oración.

De Guiber, haciendo suyo el parecer del P. Faber, añade: el Espíritu Santo:

"Permite las distracciones para purificar al alma, moverla a cambiar el modo o la materia de la oración". Dios se vale de las distracciones que permite para estos fines; pero difícilmente se puede afirmar que él las cause. Pues Dios usa las tentaciones que él permite pero no tienta y mueve al mal con su acción positiva. La Distracción es cierta forma de tentación".⁶

5. Royo Marín, o. c., 596.

6. J. De Guílbart, Theologia Spiritualis ascética et mystica, Romae, 1952, 233; Cfr. Santa Teresa, Moradas, c. IV, 8-11.

Causas voluntarias:

- Falta en la preparación para orar: Falta de recogimiento; disipación habitual; multiplicidad de culpas veniales deliberadas; tibieza de la vida espiritual; curiosidad no refrenada, de cosas mundanas; dejarse llevar de la comodidad habitualmente; aidez de leer cuanto cae en las manos, etc.

- Espíritu de resentimiento que no se procura superar por la reconciliación y la sanción interior. Mayor obstáculo, casi insuperable, el odio, el espíritu de venganza...

- La falta de perdón. No preparar la oración: ir a ella improvisadamente; entrar en la oración sin que anteceda, ordinariamente, la ruptura natural con la ocupación precedente; no elegir el tiempo, el lugar, la posición corporal conveniente. *No serenarse física o psicológicamente.* Como algo especialmente importante, omitir o ser tibio en suscitar un acto de fe previo al trato con el Señor; omitir o no hacer con fervor el ofrecimiento de todo el ser y cuanto ocurra en la oración a Dios para dedicarlo exclusivamente a El. Omitir o hacer rutinariamente la petición de la gracia de Dios,... (Cuanto se pone en el último apartado, varía según la situación espiritual en que se halla la persona y la acción en ella del Espíritu Santo. Hablamos aquí de lo que los autores espirituales, indiscriminadamente, suponen que debe hacer ei que se acerca a tratar con Dios).

Una causa que resume otras muchas:

La oración se nos hace, no pocas veces molesta, asediada de distracciones porque la mayor parte del tiempo hablamos con alguien lejano, a quien damos un poco de amor, pero no todo nuestro corazón.⁷

Una de las maneras de prevenir distracciones o de combatirlas, cuando asalten es entablar, aunque sea en fe, un diálogo cordial con Dios.

7. J. Lafrance, Aprender a orar con Sor Isabel de la Trinidad, Madrid, Edit. de Espiritualidad, 1984, 87.

Esto puede hacerse a través de la repetición vocal mental de una palabra que me toca interiormente, el nombre de Jesús, el verso de un salmo... que se va dejando caer en el corazón...

No pocas veces la oración se hace aburrida, y caemos en aridez y nos vemos asaltados de distracciones porque no somos personas íntimas de Dios: "Hay muy poco que decir a alguien a quien no se conoce y con el que no se trata de entrar en comunicación".⁸

Cuando hay verdadero amor, aun cuando entonces no se perciba, la oración, en su sequedad, estará sostenida por un amor que se asienta en lo profundo del alma, sin subir a la superficie. Entonces la presencia del amigo, creída y amada en fe, basta para perseverar y aun llegar a entablar una conversación cálida, cordial".

Otras causas:

- ◀ Falta de "armonía" entre la oración y la acción que repercute en la oración como tal.
- ◀ Falta de generosidad y de fidelidad, sobre todo en sequedad, que nos deja desarmados ante las distracciones.
- ◀ No dar primacía a la ley profunda de toda oración: La pureza del alma, la renuncia interior, la pobreza de espíritu, los sentidos interiores y exteriores "dejar todo por 'el todo'".⁹

Resumimos lo dicho anteriormente citando las palabras de un maestro moderno de la vida espiritual: "Las distracciones son de dos clases: a) las distracciones normales que suelen tenerse al meditar y que alejan a uno totalmente de la oración (Entendemos que el autor se refiere a las que llamamos involuntarias), b) el inicuo vagar de la sola imaginación, mientras el intelecto está aparentemente ocioso y vacío y la voluntad fija en Dios.

8. J. Lafrance, o, c., 87.

9. R. Vernay, a. c. 1354.

Estas distracciones son totalmente inofensivas. Y aun cuando persistan durante todo el tiempo de la oración, ésta sigue unida a Dios; sin embargo, nos sentimos absolutamente insatisfechos y humillados".¹⁰

A veces las distracciones pueden provenir de la *prisa interior* que nos domina. Frecuentemente, sin que podamos dar una explicación, sentimos que un desasosiego interior, un deseo de que el tiempo corra, de terminar... se apodera de nuestro interior. Quizá sea la proyección que a nuestra oración le falta esa entrega total a comunicamos con Dios; o el deseo inconsciente que nos acucia porque algo nos espera para hacer puede ser la falta de una pacificación previa interior... El hecho es que nos vemos acuciados por la prisa y percibimos una división interior, una atención repartida, una agitación que obstaculiza el trato a fondo, o la prestación sincera de nuestra presencia en fe al Señor.

10. J. Chapman, citado por J. Borst, Método de oración contemplativa, Sal Terrae, Santander, 1981, 31, nota 25.

IX. COMO ENFRENTAR LAS DISTRACCIONES LA ACTITUD ANTE ELLAS

1. Las distracciones que realmente perjudican

T. Merton, en "Semillas de contemplación" escribe acertadamente sobre el tema. Uno de los motivos de las distracciones, en las personas que llevan tiempo practicando la oración, es que las potencias del alma: mente, memoria e imaginación se hallan desocupadas, porque la voluntad, con el crecimiento en la oración, se fija con facilidad en Dios: lo ama oscura y mudamente tan pronto como se pone a orar. La voluntad está atareada y ellas sin empleo.

Por eso, las puertas del subconsciente se abren con facilidad y se presentan en escena figuras y representaciones curiosas. Aconseja no prestar atención a esas cosas, sino permanecer en la simple atención a Dios y mantener sosegadamente la voluntad dirigida hacia él, en simple deseo. Si te percatas de ese mundo de representaciones, es sólo para advertir que las rechazas. Esto se ha de extender a esas representaciones aun obscenas que tanto dan que hacer, a veces a personas de oración y que les consumen inútiles esfuerzos por poner fin a ellas.

"Las distracciones que perjudican son las que apartan nuestra voluntad de su profunda y sosegada ocupación con Dios y la envuelven en la elaboración de proyectos que nos han preocupado durante nuestra tarea del día.

Se nos presentan problemas que realmente atraen y ocupan nuestra voluntad y existe el peligro de que nuestra meditación se desmenuce en un trabajo mental de escritura de cartas, sermones, discursos, libros o, peor aún, consideración de planes para obtener dinero o cuidar de nuestra salud.

Será difícil para cualquiera que debe realizar una tarea pesada el desembarazarse de esas cosas. Le recordarán siempre lo que es, y deberán advertirle que no se deje envolver demasiado en una obra activa, porque es inútil que intentes desembarazar tu mente de todas las cosas materiales en el momento de la meditación, si no haces nada por aliviar la presión del trabajo fuera de ese tiempo.

Pero, en todo eso, la esencia de la plegaria es *la voluntad de orar*, y lo que importa es el deseo de hallar a Dios y verlo y amarlo. Si has deseado conocerlo y amarlo, has hecho ya lo que se esperaba de ti, y es mucho mejor desear a Dios sin poder pensar claramente acerca de él, que no tener maravillosos pensamientos sin desear entrar en unión con su voluntad".¹

2. Hacer el mensaje de la distracción

Proponemos también el medio siguiente, avalado por la psicología y por la recomendación de no pocos autores espirituales: *No luchar contra las distracciones*. Explicamos brevemente lo que intentamos decir: (Naturalmente, nos referimos a las involuntarias).

Las distracciones vienen a ser un mensaje; pero un mensaje que puede provenir de nuestro cuerpo, inconsciente, de un recuerdo, de una expectativa futura, de un temor, de una emoción algo intensa...

La finalidad de estos mensajes es revelar alguna necesidad, algún deseo, atraerla atención hacia un problema...

1. M. A. Fiorito, *Buscar y bailar la voluntad de Dios*, Edic. Diego de Torres, Buenos Aires, 1988, 123-127.

Notemos, de paso, que desde el momento en que nos ponemos a orar, estamos expuestos a las distracciones; y éstas tendrán un campo más apto para asaltarnos a medida que nuestra oración se hace más contemplativa, porque presentamos unas facultades menos ocupadas en una labor de meditación. Que, en realidad, siempre y en cada sujeto sea así, es otra cosa.

Pues bien, supuesto que las distracciones son transmisoras de mensajes ¿Qué hacer con ellas?:

Ante todo, dame cuenta del mensaje que siempre se refiere a mí. No se trata de emplear un tiempo precioso en dialogar con uno mismo, sino de hacerse consciente de que algo va reclamado por esa distracción. Por un momento, mi atención está en dos niveles: en el de la meditación, por ejemplo, y en el del mensaje de la distracción. Si he tomado una mala postura, incómoda, mortificante, enseguida caigo en la cuenta y la modifico. Si es un mensaje que entra más profundamente en el campo de la conciencia, no se trata de poner nuestra energía a su servicio. Rara vez ocurrirá esto cuando la distracción sea tan acaparante que la mejor manera de proceder esté indicada por la incorporación de la misma a la oración, hacerla materia de mi trato con el Señor. Fuera de estos casos, más bien excepcionales, atenderé su contenido sin ir tras él. Es como si interiormente dijese: "Ahora estoy meditando, me doy cuenta de lo que tengo que hacer mañana".

Quitemos de nosotros la impresión de que no luchar contra las distracciones es "consentir". Es, sencillamente no gastar energías para alimentarlas. Es como si volviera la cabeza para decir: "Ya, sé que estás ahí; te atenderé más tarde" y proseguir con toda calma la oración."²

2. R. L. Fancy, *Prayer for Inner Healing*, Paulist Press, N. Y., 1979, 75-76; Cfr. R. Faricy, L. Rooney, *The contemplative way of Prayer*, Servant Books, Ann Arbor, Michigan, 1986, 29-32, J. A., G-M, *Cuadernos de oración*, 1983, 12, p. 15.

3. Distracciones y sanación interior

Amplificamos lo dicho anteriormente sobre un gran valor de las Distracciones

Ciertamente, juegan un papel importante en la vida cristiana de cuantos tratan de relacionarse con el Señor por la oración. Además de cuanto hemos dicho, con brevedad, hay que añadir un aspecto comúnmente ignorado o, al menos, no mencionado, por los autores espirituales, fuera de manifiestas excepciones. Nos referimos ahora a las que aun más allá de las preocupaciones ordinarias nos asaltan insistentes en la oración. Se trata de aquellas que van selladas con una característica especial y, por eso, caen dentro del campo de una sanción interior.³

He aquí algunos ejemplos: Me pongo a orar y caigo en la cuenta de que mi mente se halla gastando su energía en darle vueltas a la obra que debo hacer después. Me decido a orar, hago mi preparación, entro en oración y al poco tiempo, descubro que mi pensamiento está clavado en mi hermano, mi esposa, mi hijo... que está gravemente enfermo. Me encuentro orando y noto que me voy deslizando, poco a poco, a veces, de repente, hacia el pensamiento del malestar que me causó una persona con sus palabras, con su modo de actuar respecto de mí, etc. Los ejemplos se podrían multiplicar en una interminable lista.

Si he recibido de una persona una humillación o he oído de sus labios palabras hirientes, es posible que, durante la oración vengan a mi memoria y causen en mí una reacción de ira, resentimiento que trata de acapararme. Esta realidad, la herida causada por los hechos o expresiones de la persona, están influyendo en mí y se convierten en un impedimento para mi trato con el Señor.

3. Cfr. autores citados en 2 y 3.

¿Cuál es el sentido profundo de estas distracciones? Prescindiendo de otras explicaciones psicológicas probables, indicamos ahora una que nos parece de gran importancia, y de un sentido profundamente real: Este género de distracciones manifiesta que hay algo en mi mente que no se ha integrado en mi relación personal con Jesús. Que hay algo que se escapa al dominio de Su Señorío; que no lo he puesto consciente y plenamente, o sometido confiadamente y del todo al dominio de su poder y de su amor. Tratamos de aclarar brevemente lo afirmado: Si existe algo en mi vida que no está integrado en mi relación con el Señor, en mi vida tomada como un todo que comprende la realidad humana divina de mi ser, la distracción lo delatará. Cuando, de un modo o de otro, a nivel consciente o inconsciente, se toca esta área, la distracción se cebará en ella, se agarrará; se detendrá en esta zona que escapa todavía o está muy débilmente en las manos del Señor.

Supuesta esta realidad, el modo de proceder es obvio: Tomar la materia de la distracción, entregarla a su amor. De este modo, no sólo trueco la distracción en oración, sino que también colaboro con él reconciliándome con esas realidades que aún no le pertenecen; actúo, con su gracia, entregándole lo que hasta ahora le había negado o había vuelto a tomar. De este modo unifico mi interior. El me va integrando, realizando una apretada unidad con él y esto, precisamente, es la sanación interior de las distracciones y de cuanto ellas descubren. El, Jesús, se hace más y más, el centro de mi vida.

Pongamos un ejemplo: Si mantengo relaciones pobres, frías, impersonales con alguna persona, las deposito en las manos del Señor, ruego por esa persona y le suplico que sane estas relaciones y me llene de su amor para con ella. Dejo que el Señor las llene con su gracia y con su amor sanando cualquier egoísmo o posesividad que haya en mí y fortaleciendo la relación con dicha persona.

De aquí podemos deducir que las distracciones son "indicadores" de lo que yo debería pedir y poner explícita y libremente, bajo el señorío de Jesús para su curación. En sus heridas, signos de su pasión, El, glorificado, yo soy sanado. Clamo a El, mi Señor, con la ayuda del Espíritu (1 Cor 12, 3); le dejo que penetre en toda mi vida deseando aceptarlo como mi Señor en esas áreas, y en todo mi ser. De este modo, al proclamarlo como mi Señor, celebro su resurrección sobre toda la creación, sobre mi vida y le permito ser el Señor.

Creemos que esta manera de enfrentar ciertas distracciones y aun muchas de las que nos asaltan, es una manera no sólo de combatirlas, de liberarnos de ellas, sino también de crecer en la aceptación y entrega al Señor por la sanación interior.

4. Actitudes

Sin que exista una "receta infalible" aplicable a todos los casos, sí se puede conseguir con humildad, oración, perseverancia, conocimiento y aplicación de recursos que la experiencia muestra ser eficaces.

a) *Persuasión* de que, fuera de estados místicos muy elevados, o por un don especial de Dios, no podemos eliminar todas las distracciones, sí disminuirlas notablemente y aun sacar sabiamente de ellas un gran fruto espiritual, si sabemos manejarlas.

b) *Actitud de aceptación*: Es la práctica constatación de la fragilidad de nuestra atención.

c) *Actitud de examinar las causas* que las provocan y la determinación de aplicar seriamente los remedios convenientes y de progresar en la oración.

Esta ha de entenderse ampliamente:

Implica un verdadero diagnóstico: son distracciones pasajeras, intermitentes, continuas, recientes, antiguas; desde hace poco, desde hace años, desde siempre; no obstante los medios que empleo con voluntad de perseverancia; son distracciones conscientes; semiconscientes... Esta actitud de lucha, que no es precisamente, tensión interior, conduce a la paz, la calma interior, el discernimiento...

Sería muy recomendable, y a veces necesario, examinar: distracciones sencillas, turbulentas, tentadoras.

Las condiciones exteriores.

Las disposiciones temperamentales.

Los defectos generales de la vida espiritual.

Las ocupaciones, las preocupaciones de las personas.

d) *Actitud de practicar las virtudes y salvaguardas fundamentales*, dentro de las posibilidades, con la ayuda de la gracia: sana vigilancia, dominio, recogimiento, esfuerzo sin tensión, apaciguamiento físico y psicológico...

(No olvidemos que elevadas etapas interiores pueden coincidir con grandes y durables impotencia para centrar la atención en la oración).⁴

e) *Actitud de "adelanto" o de sacar provecho*:

Se trata de las distracciones no consentidas y que no provienen de tibieza, negligencia... Los frutos que pueden recogerse son grandes: paciencia, humildad, confianza, perseverancia, fidelidad, abnegación,... Experiencia viva de nuestra necesidad de Dios y de su gracia; conocimiento de nosotros mismos; capacidad de comprensión de los demás que pasan por situaciones semejantes...

f) *Actitud de "perseverancia" y "fidelidad" en la oración a pesar de las distracciones* (Ya se hablará de esto).

g) *Actitud o querer verdaderamente santificarse y purificarse a través de y por ellas, precisamente, sea cual fuere la causa*.⁵

h) *Actitud de integrar las distracciones en la misma oración*:

4. R. Vernay, "Distractions", Dictionnaire de Spiritualité, c. 1352.

5. R. Vernay, a, c., c. 1359.

Hemos indicado que las distracciones pueden, a veces, ser un precioso indicador de lo que aun no está integrado en mi relación con el Señor. Esto puede acontecer, sobre todo, cuando se trata de un perdón que está implicado en las distracciones respecto de determinadas personas que asedian mi atención durante la oración. O acontecimientos y sujetos que vuelven una y otra vez a la memoria: pueden ser un gran indicador de que permanezco aferrado a ellos y no pretendo desligarme seriamente entregándoselos al Señor. Hay, entonces, realidades que están al margen del Señorío de Jesús sobre mi vida, y que vienen a mostrarme la debilidad de mi adhesión a El.

Creemos que también la tibieza de nuestra decisión de orar, de la pereza o flojedad en prepararnos para el trato con el Señor puede ser una puerta abierta por donde tienden a colarse las distracciones. Hay una actitud, más o menos consciente, de "posesividad" sobre ciertos acontecimientos de mi vida, sobre determinadas personas, problemas, circunstancias dolorosas... que retienen mi voluntad y acaparan mi atención, precisamente en los momentos en los que todo mi ser debería enfocarse y centrarse en la intimidad de mi trato con Dios.

Hay, no obstante, distracciones, también las enumeradas anteriormente, que pueden convertirse en una poderosa oración, las integro a ella consciente y humildemente:

Si se trata de "posesividad" de cosas o personas puedo ofrecerlas al Señor y pedirle que la fuerza de su Espíritu me libere de ser acaparado por ellas. Es un acto de desprendimiento humilde que hago ante el Señor en cuya presencia estoy.

Si se trata de un perdón que debo dar y que siento resistencia a otorgarlo y desprenderme de ese placer malsano de la oculta venganza, puedo suplicar una y otra vez a Dios que me dé la gracia de perdonar, aunque sea contra los sentimientos que me acapara y obstaculizan hacerlo.

Si el problema presente no resuelto me asedia con su insistencia en la oración, puedo tomarlo y depositarlo en la providencia divina, en el Corazón compasivo de Jesús, y esperaren fe que El, al tomarlo como suyo, ponga su mano y lo resuelva conforme a sus designios. Yo lo acepto desde ahora, aunque ponga mi cooperación. Me he desprendido de algo doloroso y angustiante que me impedía comunicarme con el Señor en la intimidad de un hijo del Padre celestial.

Mis distracciones, cualesquiera que sean, puedo tomarlas en mis manos, como si fueran criaturas indefensas, y las presento al padre ofreciéndoselas por Jesús, en su Espíritu para que las tome como tuyas, confiado en su poder y en su amor.

De este modo, pongo, en mi pobreza espiritual, la cooperación eficaz a la obra del Espíritu en la oración y contribuyo a acrecentar mi confianza en El, desprendiéndome generosamente de algo que me obstaculiza en mi itinerario hacia la intimidad con mi Padre celestial.⁶

i) *Admitirse*

Cuando comience a quietarse se dará cuenta de que su cabeza está llena de pensamientos que vienen tanto del interior como del exterior. La imaginación es una facultad en movimiento perpetuo, siempre está produciendo imágenes por su esfuerzo continuo. Así que debe saber que, a nivel de su memoria e imaginación, los pensamientos seguirán viviendo. Lo principal es aceptar el hecho de que esto va a suceder. Nadie se va a sumergir inmediatamente en un océano de paz donde no haya distracciones. Tenemos que aceptarnos como somos, y a Dios como es, y confiar en que El nos guiará en forma tal vez no siempre cómoda, pero la mejor para nosotros".⁷

6. R. Fiiricy, L. Rooney, o. c., 29-32.

7. Th. Keating, *Mente abierta, corazón abierto*, Amity House, N. Y., 1987, 55.

5. Remedios prácticos

a) *Cuando las causas dependen de nuestra voluntad: Cortar la distracción por entero, "sin tergiversaciones".*⁷

No omitirla "preparación próxima", recordando que lo contrario sería tentar a Dios (Ecl 18, 23).

La seria preparación remota ayudará mucho a eliminar no pocas distracciones; a disminuirla fuerza de otras; a facilitarnos el superarlas.

b) *Cuando las causas son independientes de nuestra voluntad:*

Se pueden disminuir y dominar más fácilmente, acomodando el modo de orar a nuestras circunstancias y situaciones particulares.

Teniendo a mano recursos eficaces:

Lectura apropiada; hacer la oración ante Jesús Sacramentado y fijando la vista en el sagrario o cerrando suavemente los ojos; eligiendo materias más concretas; pasajes que, por experiencia sé, me tocan interiormente; empleando una oración de tipo más efectivo; echando mano, frecuentemente, de coloquios, elevación del corazón a Dios, alabanza, acción de gracias, jaculatorias, repetir suavemente el nombre de Jesús; leer lentamente, un pasaje de la Escritura, conocer modos diversos de orar, aplicar el más conveniente ahora.

Volviendo a ponerse, como al comienzo de la oración en presencia de Alguien, con humildad. Moderadamente. Se utilizan con éxito, cuando son manejadas por manos expertas, recursos para detener el flujo de pensamientos, etc., y concentrarse.

Hacer actos de las virtudes teologales.

Utilizar las distracciones mismas para transformarlas en oración.

"Tranquilizarse siempre con este argumento simple y consolador: dejar una distracción, es preferir a Dios y no a la distracción, es decir, al Creador y no a la creatura. Y preferir a Dios, ¿qué es sino un acto de amor? Volver, pues, de la distracción a la materia de la meditación (o contemplación), una vez, cinco, diez veces, es hacer otros tantos actos de amor. Una ORACION DISTRAIDA puede ser UNA VERDADERA Y BUENA ORACION".⁹

Un remedio muy eficaz es tomar una palabra "Sagrada" v. gr. "Jesús"; repetirla mentalmente al comienzo de la oración y cada vez que nos vemos asaltados por una distracción. Ella expresa nuestra intención de abrirnos al Señor, de someternos a El, de estar en su presencia y de dirigir nuestra atención hacia El.

"Si la distracción es muy importuna, más bien que exponernos a divagar completamente, o a que la oración nos cause tedio fijemos nuestra atención por una lectura, pero frecuentemente interrumpida por una elevación del alma; y "porqué no escribir".¹⁰

No darle a las distracciones no consentidas una importancia que no merecen.

"Es muy importante presentar a las almas la vida cristiana y la oración, bajo una luz atrayente, verdadera. Quien ha encontrado la perla preciosa está grandemente inmunizado contra las Tentaciones, excepción hecha de las que tiene su origen en la movilidad de nuestro espíritu, en la debilidad de los nervios. De esas distracciones no nos preserva interés alguno (...) Si estuviéramos persuadidos de que somos el objeto de un amor perpetuo por parte de Dios, quedaríamos inmunizados contra las distracciones".¹¹

9. M. Nepper, o. c., 73.

10. M. Nepper, o. c., 73.

11. I. Hausherr, Oración de vida, vida de oración, 192-194.

En cualquier hipótesis, no actuemos violentamente, sino paciente, sosegada pero eficazmente.

"La 'supresión de los pensamientos' que nos distraen no se consigue con medios artificiales. Se alcanza por las purificaciones ordinarias de la vida espiritual sufridas con paciencia".¹²⁻¹³

"La primera cosa que hay que hacer es liberarnos de las "ideas fijas". Todos tenemos algunas de esas ideas tercas perpetuamente reavivadas por nuestras afecciones. Cuando nuestro corazón se halla liberado, ya no nos importunan.

No existe atajo para llegar a la oración. No hay más que el camino real de la paciencia. Todos los atajos nos extravían o nos retardan y pronto o tarde nos obligan a emprender la vía normal de las purificaciones.

Cuando se han recorrido las primeras etapas de la vida espiritual, sucede que experimentamos de nuevo la persecución de esos pensamientos importunos. Intentaremos apartarlos. ¿Lo lograremos? La mayor parte de las veces, no. ¿Qué hacer entonces? Es preciso recomenzar la purificación ascética del corazón para eliminar la pasión que las causa, ...".¹⁴

No obstante lo dicho anteriormente, hemos de darle la importancia que merecen a los métodos modernos, *discreta y correctamente usados, llamados de relajamiento físico, de concentración y pacificación interior.*

En instrucción especial enumeramos algunos de ellos que la experiencia enseña ser realmente eficaces. Desde luego se supone que se usan debidamente y que no se mezclan con otros modos cuya peligrosidad es real.

7 M. Nepper, o. c., 1-7.

12.1. Hausherr, o. c., 192ss.

13. "Un remedio indirecto eficaz es volver a la presencia de Dios, al caer en la cuenta, repitiendo el nombre de Jesús", o algún verso de un salmo que te toque íntimamente, "Jesús, tú eres mi refugio".

14.I. Hausherr, o. c., 387-388.

Un autor de tanta solvencia en el campo de la oración como J. Borst propone, para combatir las distracciones, dos modos de los que afirma ser muy eficaces: La "oración rítmica" y las "oraciones repetitivas". Ambos modos los proponemos como maneras de oración vocal en sus correspondientes instrucciones.¹⁵⁻¹⁶⁻¹⁷

15. J. Borst, Método de oración contemplativa, Sal Terrae, 1981,30-35; G. Thils, Existencia y Santidad en Jesucristo, Sigúeme, 1987,420-421. El autor citado más arriba: G. Thils, añade a lo expuesto un tipo de distracciones que nos parece citar. Esperamos que sea bien comprendido. De otro modo, podría causar actitudes confusas en materia tan delicada como la oración. "Existe un tipo de distracción que puede ser indicio de progreso espiritual. En efecto, la vida teologal en progreso pasa de la multiplicidad de las consideraciones intelectuales y de los afectos a la simple fe en la presencia real y amorosa de Dios. Ahora bien, nos distraemos con menos facilidad cuando tenemos la imaginación ocupada en nuestras ideas, nuestras imágenes y nuestras adoraciones, que cuando simplemente hacemos un acto de fe amorosa en Dios invisible. En este caso hay un progreso en la oración. Pero, humanamente, perdemos pie; nuestras facultades no tienen nada a qué asirse, ni una idea, ni una imagen. De ahí, naturalmente, que experimentamos cierta dificultad en permanecer mucho tiempo en esta simple visión de fe e, inevitablemente, nos distraemos.

Este tipo de distracciones no ha de asustarnos. Es casi inseparable del proceso de interioridad de una vida teologal que se fija en Dios Invisible realmente presente".

El peligro, creemos estar en que consideremos falsamente hallarnos en ese estadio o nivel de oración que el autor supone darse, Pero éste riesgo puede superarse fácilmente con la ayuda de un director experimentado en los caminos de la oración, obra del Espíritu.

16. "Las distracciones no deben inquietarnos porque el que se ejercita en esta forma de oración más sencilla (habla de la oración contemplativa, de la oración detenida en una frase, palabra, de la oración "repetitiva") debe saber que el espíritu puede estar en oración, aun cuando la imaginación esté distraída. No debe hacerse violencia especial por rechazar las distracciones; éstas van y vienen como las nubes que pasan por el cielo y sería cosa inútil el tratar de disiparlas. El flujo de las distracciones es como la corriente marina, que arrastra al velero; no hay que corregir esa deriva mediante un vigoroso golpe de timón; vale más el volver a tomar el rumbo por medio de ligeras presiones a la vara del timón.

6. Algunas ayudas:

1. Ayuda mucho, para evitar distracciones, la preparación inmediata de la oración:

El acto de fe sincero, profundo, detenido antes de entrar en oración. La petición ferviente de la gracia que se desea obtener de Dios.

Así, cuando el espíritu en oración se ha dado cuenta de la deriva a donde la llevan las distracciones, una vuelta muy sosegada a la palabra de la Escritura o al misterio evangélico que lo había concentrado valdrá más que una violenta llamada de atención. No se puede distinguir bien el fondo del corazón que ora y la superficie de la imaginación que divaga en la distracción. A pesar de lo dicho pueden nacer escrúpulos acerca del valor de una oración "tan distraída". Para eso hay que dar más importancia a la postura del cuerpo. El cuerpo, por sorprendente que parezca, puede ser la garantía más segura de una oración por otra parte distraída. El que se pone de rodillas, y aun sentado, pero en una postura reverente, ya está orando con el cuerpo: la postura del cuerpo sostiene el recogimiento y lo protege de las distracciones de la imaginación. No porque haga desaparecer la distracción, sino porque impide a ésta el morder el fondo del corazón. Según esto, solamente quien se entrega a la oración tomando una postura negligente deberá sentir inquietud por la perturbación que la distracción le produjo. Pero si el cuerpo está en oración, el corazón lo está ciertamente también, y poco importa lo que pese en la imaginación". E. Pousset, Oración perdida, oración encontrada, 68-69. Las "distracciones" ocurren aun dentro de las más íntimas relaciones humanas, por ejemplo en la comunicación reservada y profundamente confiada entre amigos. Por tanto también se dan en la oración que, esencialmente consiste en la comunicación con Dios. Y esto ocurre aun en la íntima comunicación que se da en la oración contemplativa.

Cfr. W. A. Barry and W J. Connolly, The practice of Spiritual Direction, Harper and Rou, Publishers, San Francisco, 1982, 52.

17. M. A. Fiorito, en su libro: "Buscar y hallar la voluntad de Dios" simplifica muy atinadamente el tema tan espinoso de las distracciones, reduciéndolas a una doble causa: distracciones a las que acompañan tentaciones turbadoras y peligrosas.

En el primer caso, son inofensivas si sabemos tratarlas; en el segundo su malicia es positiva: no sólo tienden a disputarnos el trato a Dios, a hacernos perder el fruto de la oración: pretenden, además, hacernos cometer pecados, si cedemos.

Da medios muy oportunos que sustancialmente coinciden con los propuestos en otra parte.

De más está decir que debe darse un corte con la ocupación anterior, a no ser que haya sido una actividad que no la requiera por su naturaleza: v, gr., cuando se hace oración después de la celebración eucarística.

2. Es realmente importante cuanto se refiere al cuerpo. Oramos con toda la persona, y el cuerpo tiene un papel capital en la marcha de la oración.

Busca una posición reverente; controla de modo pacificante tus sentidos externos: Por ejemplo cerrando, suavemente tus ojos o teniéndolos, sin tensión, fijos en un punto: una imagen, el sagrario, ...

A muchos les ayuda el asiento: un banquillo bajo colocado de modo que toda la espalda pueda estar erguida. Procura que todo el cuerpo esté suavemente relajado.

3. Purifica tu intención antes de orar. Ofrece, siguiendo el consejo de San Ignacio, todas tus acciones, tus sentimientos, toda tu labor de entendimiento y voluntad al Señor. Es decirle, implícitamente, que desees, a despecho de tus distracciones, permanecer y continuar en alabanza. El estar presente, en adoración a su Majestad y en admiración a su amor.

4. Cuando las distracciones involuntarias te asaltan, apartándote del foco de Dios, céntrate con paz y suavidad en la presencia de Dios.

Puedes también, volverte a El y presentarle con humildad la distracción y pedirle su ayuda.

5. A muchas personas les sirve de un poderoso recurso, acudir al nombre de Jesús: repetirlo con amor por las varias maneras que pueden emplearse: el nombre sólo; el nombre en una jaculatoria; el nombre en la conocida oración de Jesús; el nombre en el verso de algún salmo...

6. A veces, sobre todo cuando las distracciones, que tienen como foco las ocupaciones diarias, se hacen persistentes, ayudará leer un pasaje de la Escritura, o de un libro que sabemos nos toca interiormente.

Como un recurso recomendable y siempre eficaz, preséntale, según ya se ha indicado, la misma distracción al Señor convirtiéndola en materia de oración.¹⁸⁻¹⁹

7. Le damos importancia a lo siguiente: cuando, antes de todo comienzo de la oración, se practican correctamente los ejercicios de pacificación corporal muscular, del nivel respiratorio, del nivel afectivo (sentimental -emocional, y del nivel intelectual, las distracciones disminuyen y se controlan más fácilmente).

18. G. A. Maloney, *Journey into Contemplation*, Living Fíame, Press, N. Y. 1983,44-45.

19. T. Merton, *Semillas de contemplación*, Edit. Sudamericana, Buenos Aires, 1953,155-157.

X. LA DIFICULTAD POR LA ARIDEZ Y SEQUEDAD ESPIRITUAL

Notas previas:

1. Hay autores que la identifican con la desolación. Otros, por el contrario, la distinguen.

2. Parece que deben considerarse aparte. Aunque la desolación implica la aridez espiritual, pero no se confunden, ni, por tanto, deben ser identificadas.

3. La desolación espiritual, de la que se tratará, abarca un campo mucho más amplio.

La desolación comporta fenómenos que no se dan necesariamente en la aridez: tristeza, tedio, falta de fe (aparente)...

La aridez se limita al campo de la oración, mientras que la desolación afecta a toda la vida espiritual (y tiene resonancias, a veces, profundas, en el campo físico y psicológico).

La aridez espiritual, existe en la oración, se asocia, frecuentemente, fuera de ella con el gusto de las cosas espirituales y con la facilidad de emitir pensamientos y afectos sobre Dios. Esto no ocurre con la desolación.¹

La sequedad espiritual para algunos autores no significa ausencia de experiencias espirituales, sino ausencia de experiencias a nivel de sentidos.

1.J. de Guibert, *Theologia spiritualis*, 239; San Francisco de Sales, *Vie devote*, II, 9; IV, 14-15.

Entendida de este modo, nos parece tratarse entonces de una sequedad muy relativa. Desde el momento en que se da en lo íntimo del alma una experiencia profunda de Dios, el hecho de que no tenga irradiación alguna a nivel de los sentidos, no quita en nada el carácter de una consolación. Por eso, este modo de entender la sequedad, sí es tan limitado, parece tratarse de palabras más que de realidades. La misma expresión de "sequedad" ascéticamente induce a pensar que se trata de algo más de fondo que de una mera ausencia de experiencia a nivel de sentidos.

La misma aridez y sequedad tienen para algunos autores, connotaciones distintas. La aridez *es la sequedad en su nivel más profundo*, que puede llegar hasta la intimidad más honda del alma. Por eso, podría decirse que toda aridez es sequedad, pero no toda sequedad puede ser clasificada como aridez.²

Creemos que, realmente, es así. Sin embargo, hemos pensado que, pedagógicamente sería preferible tratarlas como equivalentes. Para facilitar su comprensión, no bastante.

1. Noción o en qué consiste la aridez

No son pocas las definiciones dadas. La que ofrecemos nos parece ser una de las que mejor expresan el ser íntimo de la aridez:

"Es el estado de un alma que, a pesar de sus esfuerzos, no consigue en la oración que se su corazón (entendimiento y afectividad) broten pensamientos piadosos ni sentimientos buenos".³

Breve explicación:

La aridez implica *impotencia*: el alma se encuentra vacía, estéril, como un campo yermo; "dura" en el corazón.

2. R Daeshler, "Aridité", *Dictionnaire de Spiritualité*, c. 846.

3. E. Hernández, o. c., 47.

Esta impotencia puede ser más o menos aguda. Siempre tiene algo de relativa, pues apenas se darán casos en los que no se pueda tener pensamiento o afecto alguno. Siempre se podrá decir, al menos, "Señor, ten compasión de mí. Cúmplase en mí tu voluntad".⁴

El caso de la aridez de Jesús en Getsemaní (que también es desolación profunda), nos lo demuestra (Mt 26,39).

Una descripción bien conocida de aridez en casos agudos, es la de San Bernardo: "Me invadió una languidez de alma y ma torpeza de la mente... Una esterilidad del pensar ausencia de devoción... ¿Cómo se secó mi corazón...? y se convirtió en tierra sin agua? Ni soy capaz de compungirme derramando lágrimas: tan grande es la dureza del corazón; ni gusto los alifios; ni me agrada leer ni me deleita el orar; ni hallo facilidad alguna en las acostumbradas meditaciones... ¿Dónde fue aquella embriaguez del espíritu?"⁵

Impotencia para producir actos intelectivos y afectivos en la oración: A veces afecta sólo al entendimiento; sólo al corazón; pero, le ordinario, a ambos.

Esta impotencia puede existir con una verdadera luz sobre lo que debe hacerse y con una firme voluntad de actuar.

Puede verse uno incapaz de producir actos de entendimiento y afectos del corazón sin que por ello se encuentre en la aridez mientras pueda descansar en pensamientos y afectos sencillos, simples, aunque sean muy poco discursivos o parezcan superficiales (los afectos).

La impotencia del alma hace que la oración se torne olorosa y haga más difícil la perseverancia en ella.

Hay arideces y arideces: Unas son "absolutas": total nptencia para darse a la oración. "Relativas": grande dificultad pata producir los actos mencionados.

J. De Guibert, o. c.,289.

R Daeshler, a. c., 846.

Arideces "intermitentes": asedian con más o menos frecuencia. Arideces "continuas": perduran por un largo tiempo.⁶⁻⁷

No pocas veces, se tiende a confundir la aridez y la desolación. Toda desolación, implica, de algún modo la aridez. Pero aquella rebasa el campo de la sequedad. La aridez comporta los elementos descritos. La desolación, engloba dichos elementos negativos en un grado e intensidad mayor. Además, comporta elementos de aversión, de entenebrecimiento, pero, sobre todo, de una voluntad que se resiste. La desolación se hace más dolorosa que la aridez o sequedad.⁸

2. Causas de la aridez espiritual

(Su estudio es muy importante para llegar a conocer su naturaleza y poner los remedios apropiados. Es hacer el "diagnóstico").

a) *Causas físicas*: Las disposiciones corporales:

(Suelen ser más accidentales por el hecho de ser más externas)

Disposiciones psicológicas:

En ciertos sujetos una incapacidad constitucional para la oración activa, bajo diversas formas. Esto no indica, de inmediato, una llamada a la oración pasiva. Frecuentemente esta incapacidad es susceptible de corrección, con la formación adecuada... y el transcurrir del tiempo.

♦ Las ocupaciones muy absorbentes y responsabilidades ajenas a ellas que causan preocupaciones, a veces, casi insuperables.

6. J. De Guibert, o. c., 240.

7. B. Basset, Orar de nuevo, 109,113.

8. L Poulhier, "Consolation spirituelle", Dictionnaire de Spiritualité, c. 1822.

♦ El trabajo apostólico que sacrifica el trato con el Señor y, prácticamente, es preferido.

♦ Tentaciones molestas en cuyo rechazo se consumen las fuerzas espirituales.

♦ Estados de ansiedad; de angustia; de profunda tristeza; de fuertes temores; fuertes rechazos de sí mismo o de otras personas.

Estados neuróticos o similares, etc.

♦ "Una razón seria de la sequedad podría ser el *poco conocimiento* de los dogmas de aquel que hace oración. ¡Cómo hacer oración si Dios, Jesucristo, el Espíritu Santo, el Cuerpo Místico, la gracia... encuentran en nosotros poquísima resonancia! ¿No nos podríamos ingeniar para reservarnos cada día algunos minutos de lectura personal, nutritiva, sobretodo si la lectura en común es de interés mediocre? Se podría también anotar la frase de la lectura o sermón que más haya interesado (o impresionado, lo mismo y con más razón se puede decir de la Sagrada Escritura) y que, escrita en una libreta, podría ayudar al espíritu en dificultades, durante la oración".

♦ El mal estado de la salud (Recordemos la dependencia que existe y el influjo mutuo entre los diversos niveles del hombre: físico, psicológico, espiritual).

♦ El cansancio por un excesivo trabajo o por el realizado antes y del que no se ha descansado suficientemente.

♦ La somnolencia, por una falta de descanso o sueño insuficiente.

b) *Causas morales*

"Se trata de actos, omisiones, hábitos que implican una responsabilidad moral y que llevan consigo, conscientemente o no, la aridez".⁹

9. R. Daeshler, a, c., 846.

La tibieza: produce inapetencia, disgusto de las cosas del Señor y, casi inevitablemente, la aridez, al mismo tiempo que disminuye las gracias actuales.

El estado de negligencia general, aunque no sea universal; falta de delicadeza de conciencia; falta de cuidado sereno por evitar un gran número de faltas y de imperfecciones.

Falta de esfuerzo por practicar ciertas virtudes básicas y obligaciones de estado.

Falta de la debida estimación de los bienes y cosas espirituales.

La negligencia por combatir una pasión o una "afección desordenada", aunque recaiga sobre un objeto bueno.

El orgullo sutil espiritual de considerarse mejor que los demás; un desprecio disimulado por los que no van por sus caminos.

La pretensión de querer manipular a Dios que ha de estar disponible a sus exigencias de darles el gusto espiritual a su medida, a su tiempo... De otro modo, preferir los dones de Dios al mismo Dios; querer captar a Dios, más que dejarse captar por Él, humilde y sinceramente.

La falta de "disciplina" en nuestros sentidos y en nuestras facultades, de que se habla en otra instrucción.

c) Causas sobrenaturales

(Hay que evitar a todo trance dejarse engañar por una apariencia de virtud y tomar, ilusionadamente por pruebas del Señor lo que no es sino consecuencia de un estado generalizado de descuido espiritual).

Dios puede sustraer el consuelo y devoción *sensible* y dejar al alma en la aridez por diversas causas: Para purificarla **del** apego a esos consuelos. Para arraigarla y profundizar su humildad viendo su impotencia.

Para aumentar su mérito con los esfuerzos que hace para perseverar y ser fiel en esa situación.

Para prepararla a nuevos avances y elevaciones en la vida espiritual.¹⁰

Es importante, en el sentir de De Guibert, distinguir la aridez habitual que pueda provenir de la "tibieza" y de la prueba de Dios.

He aquí algunos modos de discernir: La fidelidad en la oración no obstante la aridez. La fidelidad en cumplir los deberes del propio estado. No buscar compensaciones mundanas para su aridez. Tener, en la aridez, un deseo intenso (proveniente de la gracia y de la voluntad, no del sentimiento), de servir a Dios y de unirse a Él.¹¹

La persistencia en la impotencia que experimenta para discurrir sobre las cosas divinas y el producir afectos espirituales.

(No se excluye que esta prueba totalmente persistente indique el conjunto de una "vida" espiritual, una vocación personal: la misión reparadora, y, sobre todo, el "estado de abandono". Pero no se debe dar por supuesto ligeramente).¹²⁻¹³

10. J. De Guibert, o. c.,241.

11. J. De Guibert, o. c.,271.

12. 12.R. Daeshler, a, c., 854.

13. "Mientras nuestros cuerpos no sean glorificados ¡qué difícil es armonizar con la oración, de manera pura y justa, todas las resonancias de la sensibilidad! Incluso bajo la moción del Espíritu, ¡qué pesada, qué torpe, desmañada y asmática sigue siendo nuestra más alta alabanza...!

Y por eso, frecuentemente, para enseñarnos un modo más elevado y más digno de Dios, el Espíritu prefiere retirarnos la percepción de la oración. Nos quita el lastre de las impresiones sensibles, de la alegría que hemos paladeado, de esa conciencia de que Él está actuando presente y está, actuando en nosotros. No está el problema en gustar o percibir; la fidelidad que se nos pide se resume toda ella en el silencio, en la atención oscura. Más lejos, más profundo que en la conciencia psicológica, en el plano sobrenatural puro, en el nivel en que se inserta la gracia en nosotros, el Espíritu ora en nosotros y para nosotros (Gal 4, 6).

M. Nepper resume la triple situación del alma en la aridez, como sigue:

"La aridez *del alma tibia* que no hace nada por salir de la tibieza.

La aridez *ascética* del alma de buena voluntad.

Se trata únicamente de que dejemos todo el sitio al Espíritu. En tiempo de aridez, no está todo perdido; al contrario, la aridez 110 es un castigo, ni es una reprobación. A veces, sobre todo en los comienzos, el alma se inquieta, se turba; o sufre excesivamente, como si Dios mismo se hubiera retirado. El alma desea, con una ingenuidad un poco infantil, que vuelvan los consuelos. No sabe que Dios está más presente en ella que en tiempo de las alegrías sensibles: está presente de una manera más digna de Él, y quiere hacerle descubrir este modo más espiritual.

El silencio y la oscuridad son las mejores condiciones de una educación de la atención: nos enseñan a escuchar. Se afinan nuestros sentidos, se agudizan, se tornan capaces de percibir lo que les están encubriendo el mudo y las múltiples solitaciones de fuera (...).

El espíritu quiere abrirnos a unas realidades espirituales que ni siquiera sospechábamos. Nos lleva al desierto, nos hunde en el silencio y en la oscuridad. Dejémonos estimular, dejémonos afinar, dejémonos poner en armonía con lo espiritual: de esta manera aprendemos a vivir en fe:

Cualesquiera que sean el tedio, la oscuridad, la sequedad o incluso la tentación, (...), podemos asirnos a esta certeza de fe: en esta región de nosotros mismos, donde no tenemos acceso, Dios habita, la Santísima Trinidad mora en nosotros, y el Espíritu del Hijo dice en nosotros "Padre". Nosotros mismos no sabemos decirlo. No sabemos orar, sobre todo en esas horas; pero el Espíritu viene en ayuda de nuestra debilidad y Él mismo intercede por nosotros con gemidos inefables (Rom 8,26). Imposibles de expresar: nuestras pobres palabras caales son ineptas para traducirlos, y es imposible oírlos: nuestra pesadez nos vuelve sordos para una modulación espiritual.

Lo que en esc momento se exige de nosotros es permanecer en la fe, sencillamente, humildemente, intentando asociarnos oscuramente a esa oración gloriosa y siempre escuchada (Rom 8, 27). Es más importante dejar que el Espíritu Santo actúe en nosotros, que ser psicológicamente conscientes de su acción (...) y, como una súplica y como una afirmación de fe (y de fidelidad), a despecho de todo, expresar nuestro deseo de repetir con el Espíritu: ¡Abba! ¡Padre!". SoeurJ. D'Arc, Nuestra actitud bíblica, 160-166.

La aridez *espiritual o mística* del alma llamada a la "contemplación".

Las tres llevan consigo la incapacidad para "meditar", pero la aridez espiritual, incluye también el desasimiento completo de las creaturas, y el recuerdo persistente y doloroso de Dios, deseado y ausente.

La aridez ascética trae consigo el desasimiento de lo creado, pero ignora este sufrimiento del Dios ausente. En cuanto al tibio, no conoce ni una ni otra de estas dos experiencias".¹⁴

3. Remedios de la aridez

Deben variar según la naturaleza de las causas.

De aquí la importancia de examinar atenta, sosegada y objetivamente estas causas, no pocas veces complejas.

Se recomienda mucho la ayuda de un competente director espiritual: El podrá ayudar a la persona completar su examen; a detenerse en las causas más probables; a elegir los remedios adaptados a ellas.

"Caso de especial discernimiento es la aridez preparatoria a la contemplación. Ya indicamos las características que la distinguen".¹⁵

Para las causas físicas o psicológicas

Remediar, hasta donde sea posible, las causas que producen la aridez.

Cuando no se puede, o solamente en parte, echar mano "*de un modo de orar*" que facilite tener una suficiente unión con Dios que sea compatible con las circunstancias que uno se encuentra: V. gr.

14. M. Nepper, o. c., 74-75.

15. R. Deashaler, a. c., 852.

Frecuentes oraciones jaculatorias o "paradas espirituales" que nos unen al Señor y son un signo de la voluntad eficaz de ser fieles al Señor.

El "intenso mudarse contra la aridez": volverse contra ella, aplicándose más a la oración, usar discretamente de la penitencia (...)

La lectura meditada, sea de la Palabra de Dios o de un libro piadoso que sabemos nos ha tocado o nos puede tocar interiormente...

El sano relajamiento físico y la pacificación interior precedente; tal como se propone en la instrucción puede ser un remedio eficaz en parte.

Pero también puede echarse mano, en algunos casos del siguiente:

"Las personas grafonomas son aquellas cuyas ideas se dinamizan mediante la escritura. Algún día que experimentemos una gran aridez en la meditación podemos escribir un comentario personal a una cita bíblica, y quizá así se despierte nuestra actividad mental".

"Quizá nada inutiliza más nuestra oración o seca nuestro espíritu, que la falta de confianza en Dios como Padre".¹⁰

Para las causas ?norales

- Decidirse, con la gracia del Señor, a quitar la tibieza o descuido generalizado espiritual: suprimirlas causas voluntarias.

~ Corregir la forma de orar en la situación concreta: actitud de arrepentimiento, "conversión"; ponerse en manos de la misericordia paternal de Dios y de Cristo crucificado...

Para la aridez causada por la prueba de Dios:

16. D. M. Stanley, *Moderno enfoque de los Ejercicios Espirituales*, Edit. Apostolado de la Prensa, Madrid, 1969, 148; Cfr. Sta. Teresa, *Libro de la Vida*, c. 8; J. M. Martín-Moreno, *Tu Palabra me da vida*, Edic. Paulinas 1982, 69-70; Y. Raguin, *Caminos de contemplación*, Edic. Narcea, 1985, 70-73; 174-137.

- La persuasión de que este género de pruebas viene a ser una ley, no absoluta, sí general, de la vida espiritual. "Todos deben disponerse a pasar, siguiendo la expresión ya clásica de la Sagrada Escritura, por el desierto de la aridez para llegar a la Tierra prometida de la oración más perfecta. Es la enseñanza común de los maestros de vida espiritual; pensamiento real y confortante. Esta ley se expresa, frecuentemente, como una *alternancia* necesaria de la vida interior, tan inevitable y providencial como la de las estaciones.

En parte, está condicionada por la "mutabilidad" de nuestra naturaleza física y moral y su dependencia de los acontecimientos exteriores".¹⁷

El intenso moverse contra la aridez: volverse contra ella, aplicándose más a la oración, usar discretamente de la penitencia... cambiar el modo de orar.

Hacer oración de la misma oración árida: presentarse al Señor en sincera pobreza espiritual, en humildad, rogándole abrevie la prueba, dentro de su plan de salvación; aceptando, sin luchar contra sí mismo, su situación, pero colaborando con Dios empleando recursos diversos.

Fomentar mucho el pensamiento del amor personal y fiel del Señor para con la persona en aridez.

Unirse a Cristo en el Huerto de Getsemaní (Lc 22,44).

Espíritu de generosidad:

Perseverancia y FIDELIDAD al tiempo determinado de la oración.

Fidelidad al "horario", sin retrasar o cambiar arbitrariamente la hora, si no hubiera una razón que realmente lo justifica.

Convencimiento práctico arraigado de que a Dios "no se le capta; es El quien voluntariamente se manifiesta".

17. R. Daeshaler, a. c., 850.

Consolarse con los beneficios, muchas veces inmensos, de este tipo de aridez, cuando se persevera en ella: El ejercicio fuerte de grandes virtudes, sobre todo de las virtudes teologales La profundización de la humildad. La dependencia de Dios y la confianza filial en El. La preparación normal, al progreso en la oración. Estar dispuesto a "quemar el tiempo" en honor del Señor (holocausto). Es un tiempo perdido, desde el punto de vista humano, sin ninguna utilidad terrena. Se le ofrece al Señor digno de todo sacrificio. Porque el tiempo es una cosa preciosa lo ofrecemos a Dios. Lo único que importa es entregarle a Señor nuestro tiempo, aunque sea, y especialmente entonces en la mayor aridez. Es una preciosa libación que hacemos para él, reconociendo su dominio paternal sobre nosotros. A la vez se convierte en un "sacrificio de comunión" con El.¹⁸ *Dificultad: Por la falta de instrucción:*

Aunque parezca casi superfluo tratarla falta de instrucción como dificultad para la oración y el avanzar en ella, sin embargo podemos afirmar lo dicho respecto de la decisión. Viene a ser una fuente de dificultades ante las que se puede estrellar 1 persona que intenta orar.

Ciertamente, por más que uno sepa sobre la oración, nunca llegará a ser persona de oración si no se decide en serio a ora y no se deja conducir por la fuerza del Espíritu.¹⁹

Pero también se halla muy unida a la instrucción. Esto nunca llegará a condicionarla de modo que el Espíritu Santo (no pueda obrar y meter a un alma profundamente por la oración e ir la elevando en ella, según su beneplácito. La historia de los santos y grandes orantes nos demuestra que, con más frecuencia de lo que pensamos, Dios se complace en abrir de par en par las puertas de la oración a almas sin instrucción sobre ella y con muy poca información. El Espíritu Santo, es de hecho, quien las guía y suple lo que pudieran haber adquirido con una instrucción adecuada.

18. EE. nn, 14, 319; J. D'Arc, o. c., 43-52.

19.1. Larrañaga, Muéstrame tu rostro, 17-34.

Se trata aquí de aquellas personas que, indolencia o desestima, dejan de informarse sobre la oración y se guían por sus impulsos, por el capricho o la ocurrencia de momento, o solucionan las dificultades que le salen al paso en su oración, con su "buena voluntad".

No se trata de saberlo todo, de leer cuanto se escribe sobre la oración ni oír todas las instrucciones que hoy se dan sobre ella. También aquí cabe aplicar lo que Laplace dice respecto de las lecturas. Después de enumerar algunos libros excelentes sobre el tema, añade: "A los que les preocupe o interese el tema se me ocurre pedirles: no os excedáis. Leed uno y después si acaso otro. Volved a leerlo si os parece bueno. Y volved enseguida a la vida. Es en ella donde podréis aprender de verdad".²⁰

Una buena y discreta información facilita la oración, proporciona modos diversos de orar; inspira al lector en la formación de recursos propios de orar; ofrece soluciones a las dificultades que se aplicarán a los casos concretos...

Muchos encallan en la oración por falta de maneras distintas para situaciones diversas en las que el orante pueda encontrarse; indica la pedagogía ordinaria de la gracia, la acción progresiva del Espíritu en la oración; enseña la actitud espiritual ante las pruebas interiores. En cierto modo se convierte en un buen pedagogo que nos va guiando en este camino que ofrece dificultades, rutas diversas, situaciones insospechadas...

La instrucción sobre la oración no excluye el recurso a la dirección espiritual. Este es, ordinariamente, el gran medio de instrucción, de discernimiento y, al menos indirectamente, de progreso seguro en la oración.

20. J. Laplace, La oración, búsqueda y encuentro, 12.

3a. La dificultad: Por la "desolación":

Este importantísimo tema se toca en el 4º. Tomo, en las instrucciones cuyo título es: "El por qué de las purificaciones en la oración: Resumen:

Con J. Laplace resumimos las dificultades que podemos tener en la oración, en los siguientes capítulos:

Dificultades que provienen del temperamento, de la fatiga, -de la falta de atención- de la materia elegida: insuficientemente o no preparada.

Dificultades que provienen de la negligencia en los comienzos de la oración.

Dificultades más profundas que provienen de un egoísmo arraigado. Dificultades que provienen de una auténtica prueba de "purificación. R. Guardini, por su parte, resume las diversas modalidades de las distracciones y dificultades de la oración, en dos capítulos generales: "Dificultades provenientes de los cambios interiores de la vida",

"Dificultades provenientes de las crisis de fe".²¹⁻²²

21. R. Guardini, Introducción a la oración, 215-222.

22. "Nos lo dice San Ignacio, por ejemplo, en la Anotación decimotercera: "Asimismo es de advertir que, como en el tiempo de la consolación es fácil leve estar en la contemplación la hora entera, así en el tiempo de la desolación es muy difícil cumplirla; por tanto, la persona que se ejercita, por hacer contra la desolación y vencer las tentaciones, debe siempre estar alguna cosa más de hora cumplida, porque no sólo es a veces resistir al adversario, mas aun ? derrocarlo" (EE. 13), Este modo de expresarse de San .Ignacio, típico de su forma de afrontar los problemas, nos hace ver cómo de suyo resulta difícil durar en la oración sin una ayuda particular, que fundamentalmente puede ser una ayuda externa o la ayuda interna de la consolación.

Y resulta difícil por motivos que conocemos muy bien: la aridez, el sentimiento del desierto, del vacío, de la materia que no me impresiona, que no me dice nada; por consiguiente, me pongo a vagar de acá para allá, buscando algo que me remueva, pero sin encontrarlo.

La "crispación"

Es otra de las dificultades, mejor, de los impedimentos más frecuentes, más perjudiciales y menos considerados de la oración.

La "crispación" está en el sujeto mismo que ora y puede tener diversas causas:

El sujeto crispado se esfuerza en orar, pero se esfuerza indebidamente y con ello entorpece seriamente la marcha de la oración. Está crispado porque pretende sacar adelante la oración a fuerza de "puños" o de esfuerzo personal. Es un esfuerzo "convulsivo" que acapara las energías físico-psíquicas y fatiga sin resultados.

Es una tensión, una violencia interior (y aun exterior) que parte de un buen deseo, pero mal orientado o de una instrucción equivocada.

Hemos de estar abiertos a la gracia; pero la crispación quiere orientarla o, prácticamente, pasa a segundo término porque el primero lo ha ocupado el esfuerzo personal replegado sobre sí mismo...

La crispación puede provenir por un "*perfeccionismo*" que no tolera la más mínima deficiencia. Es un cerrarse sobre sí mismo; no es bajara la intimidad de sí con la gracia y la guía del Espíritu.

En la crispación está ausente la serenidad para que el curso meditativo fluya, aun cuando el alma se encuentre orando en la fe desnuda.

Resulta difícil por la desolación (EE. 317), que es ausencia del sentido de Dios: un Dios lejano, una pared entre mi espíritu y Dios; la oración no me dice nada, no la siento, no me entran ganas de hacerla, me inclino más bien a lo contrario. Card. C. Martini, Abraham, nuestro padre en la fe, Edic., Paulinas. Madrid, 1984, 179-180.

La misma falta de serenidad que pueda darse en los momentos de desolación difiere mucho de la crispación porque en el fondo el alma se ha abierto dolorosamente a la gracia, no a sí misma.

La crispación, no pocas veces, delata un espíritu lleno de sí, de una oculta vanidad; de una valoración excesiva del esfuerzo personal que debe hacerse, pero bajo el predominio de la acción del Espíritu en la oración.

Es preciso darle la importancia que requiere y, si es necesario o conveniente, buscar ayuda en un consejero que le oriente con su sabiduría y experiencia espiritual.²³

Insinuamos algunos de los modos de enfrentar las dificultades que, no pocas veces, ofrece la oración:

Ver con claridad cuál es la dificultad, la perturbación, qué causas tiene y luego reflexionar sobre la manera de *superarla*.

Algunas dificultades radican en la *vida cotidiana*. Enfrentarlas aquí:

La "*oración de súplica*" sencilla, humilde, confiada (Lc 11, 9-13; Jn 14, 13; Mt 18, 19-20; Lc 18, 5; Mc 9, 23-24).

La oración "repetitiva".

La dificultad de convertirla en algo convencional: Con esta formulación queremos aludir a la dificultad sutil de convertirla oración en algo artificial. No escapamos fácilmente aun peligro que asalta a los que quieren orar en espíritu y verdad. Más de una vez acaparados por la desolación, o asaltados por las precipitaciones... correremos el riesgo de ocuparnos más de nuestra oración que de Dios. Nos dedicaremos a llenar, del modo más metódico y consciente, el tiempo señalado o que nos hemos propuesto, en vez de caer en la cuenta de que ese tiempo se nos ha dado, como un privilegio, para que sigamos aprendiendo a orar: a comunicarnos con Dios, nuestro Padre.

23. K Tilmann, Camino al centro, Sal Terrae, 1985, 110-116.

Lo que importa, sobre todo, es la *verdad* de la oración que excluye la afectación, todo lo convencional y formulístico. Que debe estar empapada de *sinceridad* aun en medio de las dificultades.

Dios mira y escruta el corazón. Nuestra cooperación a la gracia de la oración se debe orientar para que llegue a ser veraz en su amor y entrega. San Mateo, sin duda, se refiere a esto en su enseñanza sobre la oración (Mt 6,8). Los métodos y fórmulas nos deben servir como ayuda para llegar a esta verdad, a la transparencia que nos entrega a Dios y centra todo nuestro ser, en El.

La oración es una conversación con Dios, una comunicación con El que va cobrando cada vez más una gran intimidad.

Lo esencial, por tanto, de toda conversación auténtica e íntima es la verdad opuesta radicalmente a lo convencional. Toda afectación, todo mirarse en la misma oración, nos puede dejar momentáneamente satisfechos de nosotros mismos, pero delata una oración que está muy lejos de ser la oración que desea imitar la de Jesús. Hay una falta de verdad en ella y la oración del Señor es esencialmente verdadera.

Lo que importa, sobre todo, es la *verdad* de la oración que excluye la afectación, todo lo convencional y formulístico. Que debe estar empapada de *sinceridad* aun en medio de las dificultades.

Dios mira y escruta el corazón. Nuestra cooperación a la gracia de la oración se debe orientar para que llegue a ser veraz en su amor y entrega. San Mateo, sin duda, se refiere a esto en su enseñanza sobre la oración (Mt 6,8). Los métodos y fórmulas nos deben servir como ayuda para llegar a esta verdad, a la transparencia que nos entrega a Dios y centra todo nuestro ser, en El.

La oración es una conversación con Dios, una comunicación con El que va cobrando cada vez más una gran intimidad.

Lo esencial, por tanto, de toda conversación auténtica e íntima es la verdad opuesta radicalmente a lo convencional. Toda afectación, todo mirarse en la misma oración, nos puede dejar momentáneamente satisfechos de nosotros mismos, pero delata una oración que está muy lejos de ser la oración que desea imitar la de Jesús. Hay una falta de verdad en ella y la oración del Señor es esencialmente verdadera.

XI. LAS RAICES PROFUNDAS DE LA DIFICULTAD EN LA ORACION

Supuesto lo anterior ya podemos abordar el problema de la dificultad de la oración en su raíz.

Anteriormente hemos tocado el tema de las dificultades en la oración y cuanto allí se dijo nos parece ser exacto.

No se agotó el punto; solamente se indicaron los capítulos generales de las dificultades más corrientes.

Ahora intentamos abordar brevemente la raíz más oculta de la dificultad en la oración la que más nos retrae de orar y por la que abandonamos con más frecuencia transitoria o definitivamente la oración.

Tengamos muy presente para caminar seguros que la oración fundamentalmente, es "asunto de amor que brota de una fe viva".

1. La estructura del amor

Queremos significar por esta expresión, aunque, quizá, no sea la más adecuada, el ser íntimo del amor. Dejamos, pues, a un lado todas las demás significaciones que esta palabra lleva sobre sí.

Hablamos, entonces, de diversos niveles o grados en el amor: Pero aquí nos limitamos a centrarnos en lo que constituye el núcleo más íntimo de El.

168

El amor "oblativo"

Sería preciso comenzar por el estudio del amor de Dios tal como aparece en el Antiguo Testamento y del amor de Dios manifestado en Cristo Jesús, como nos lo han transmitido los evangelistas.

No es posible abordar un tema que sobrepasa las posibilidades de esta instrucción. Pero remitimos a estudios, fáciles de encontrar, que pueden servir de cimiento a cuanto digamos. Al fin, el amor a Dios debe inspirarse y seguir las huellas del amor de Dios a los hombres y de Cristo Jesús, realizados más cercanamente a nosotros de un modo ejemplar.¹

Si examinamos dos pasajes fundamentales sobre el amor de Cristo (Rom 5,5; Ef 3,19), llegaremos a la conclusión de que, en último término, nuestro amor a Dios es solamente una participación en el amor que procede de Dios y se nos ha participado por el Espíritu Santo y derramado en nuestros corazones.

El amor del Padre en Cristo Jesús es esencialmente un amor "oblativo": un amor de entrega (Jn 3, 16; 1 Cor 11, 24; Gal 2, 20). Esta es la actitud fundamental del Señor que orienta toda su vida interior y su actividad apostólica. A partir de aquí hemos de entender el amor como fundamento y actividad esencial de la oración, pero, al mismo tiempo, como raíz de la dificultad primordial, junto con la fe, que presenta la comunicación con Dios.

El amor oblativo se da sin compensaciones

No es fácil encontrarlo en el terreno puramente humano: suelen darse no pocas búsquedas ocultas de inconscientes compensaciones.

1. Cfr. C. Wiener, "Amor", en: Vocabulario de Teología bíblica, Herder, 1978, 75ss. (Dir. León- Dufour); V. Warnach, "amor" en: Diccionario de Teología bíblica, Herder, 1967, 42-74 (Dir. J. J. Bauer); S.A. Pannimolle "amor" en "Nuevo Diccionario de Teología bíblica, Ediciones Paulinas, Madrid, 1990, 60-94.

Pero entregarse a la persona que se ama así, gratuitamente, sin tener una ligera mirada para sí mismo... Por eso habría que pensar que el único amor oblativo es el del Padre: se ofrece en su Hijo Cristo Jesús y en ello va tras la búsqueda de nuestro bien que coincide con su gloria.

Darse al Señor en la oración, entregarse a él totalmente, de modo que en eso consista esencialmente comunicarse con Él, ya se ve que es una gracia que supera nuestras posibilidades humanas. Por más que este amor oblativo no se construya de una vez, y sea el resultado de ofrecimientos parciales, de generosidades progresivas, a él tiende la oración íntima con Dios; hacia aquí se orienta la acción del Espíritu Santo, guía y maestro de oración. Arribar a este nivel supone una dura ascética, tiempo y largos ratos gastados ante el Señor aprendiendo a darse.

La dificultad que ofrece esta nota esencial del amor reside en la búsqueda empeñada de nosotros mismos en lucha con la generosidad que demanda Dios para colmarnos de El y de su amor.

Ya se ve que nos enfrentamos a una dificultad seria, constante que se agrava porque el damos exige de nosotros un "espíritu de fe", de abandono.

El amor oblativo, precisamente porque se da, sin esperar- compensaciones, al Señor, vive de fe, viva, ardiente, expectante que acepta la entrega y en ella deposita su ilusión de que es lo más y lo mejor que puede hacer. Cierra los ojos aun a aquellas manifestaciones que le

pueden asegurar su acogida y se contenta con ofrecerse y creer que es aceptado por el Padre celestial. Si El quiere compensarlo con un profundo sentimiento de su presencia, de su amor, de una cercanía casi tangible, lo agradece pero no condiciona a ellos su donación.

La comunicación con El por la oración está gobernada por este deseo que el Espíritu Santo hace nacer en la profundidad del alma. Ahí se centra y ese núcleo íntimo del trato con Dios es el que envuelve toda la oración, aun en los momentos más áridos y desolados. Como Jesús en Getsemaní, se entrega en amor y hace de ella la realización suprema de su vida de comunicación filial.²

Dificultad:

A partir de lo dicho intuimos que todas las demás dificultades de la oración son pequeñas frente a ésta y que todas tienen alguna relación con ella. Serán puntos de aprendizaje, pequeños itinerarios de donación mezclados con la búsqueda de sí; se da la falta de abandono por no tener aún confianza arraigada en su amor, por creer en él de un modo casi exclusivamente intelectual y escasamente vivencial... En el fondo está la exigencia del amor oblativo que nos crea una específica y profunda dificultad en la oración. Por eso, como una consecuencia lamentable, acortamos, suprimimos y aun damos de lado en nuestra frente a la que nos hallamos y hemos de enfrentar constantemente.

El amor oblativo brota y se desarrolla en la profundidad del ser humano:

Es manifiesto que la oración no se tiene ya en un comienzo, desde esa profundidad del alma, sino es por una gracia muy especial de Dios. Esta no suele darse con frecuencia, puesto que Dios mismo, sabiamente tiene una pedagogía que respeta y se incrusta en nuestra psicología.

Se da, pues, un itinerario de profundización tanto en el paso de etapas a etapas de la oración, como en un mismo tiempo fuerte de oración.

Hay, pues, un movimiento de marcha en la oración de lo visible a lo invisible, de lo temporal a lo eterno, de lo finito a lo infinito, de lo superficial a lo profundo.

2. A. A Besnard, *Propos intempestifs sur LA PRIERE*. Edit. du Cerf, 1969,111-116.

Ahí, en esa profundidad del ser, lo que San Agustín llamó, tan acertadamente, siguiendo el pensamiento hebreo, el corazón, el centro de nuestra personalidad, se realiza la comunicación íntima del creador a su creatura, del Padre amoroso con su hijo querido.

En ese fondo misterioso, donde de un modo especial tiene su habitación el Espíritu Santo, Dios se vuelve hacia el hombre conociéndolo y amándolo, en una actitud personal única y exclusiva.

"Por lo cual la meditación (la oración) exige del hombre de igual manera la entrega personal a Dios en el conocer amante. De este modo, la meditación adquiere una característica esencial de diálogo. En este diálogo Dios se comunica al hombre en sus misterios, y el hombre se deja conmover y cautivar por Dios en estos misterios para entregarse a El sin reservas. El yo humano se dona al Tú divino, después de que el Tú divino, se ha ofrecido hace mucho al yo humano. Aunque en todo esto la penetración consciente en los misterios juegue un papel decisivo, corresponde sin embargo, la importancia primaria y definitiva a la entrega amorosa a Dios personal por medio de estos misterios. De ahí resulta también que las actividades fecundas para el buen resultado de la oración, no sean nunca la curiosidad, la pretensión, sino siempre la reverencia, y la adoración, de modo que la meditación en su ser más íntimo sea una forma de oración que con eficacia especial penetra en la profundidad del alma y la transforma totalmente".³

La dificultad en la oración:

Se intuye que en esta realidad descrita, la persona que se dispone a orar, encuentra su gran dificultad. Es bajarla a lo íntimo de sí, en busca de Dios que se le adelantó y la invita al encuentro amoroso en su morada íntima; pero un bajar gradual en el que se hace presente la tentación de la superficialidad; la de querer andar el camino por sí mismo sin la fuerza del Espíritu... En ese descenso percibirá muchas veces la tentación de la prisa, del "quemar etapas", del que todo se le facilite sin apenas tener que poner de su parte y someterse a la ley del tiempo y de la purificación.

3. J. B. Lotz, *La meditación en la vida diaria*, Edit. Guadalupe, Buenos Aires, 1966,91.

En esa intimidad se realiza la mutua donación en el diálogo de conocimiento y de amor; Dios se da sin reservarse nada; el hombre, en la medida de su finitud, y contando con la gracia del Espíritu, responde con la misma actitud y generosidad, luchando contra sí mismo que quiere reservarse algo de sí, para El.⁴

Insistimos en una realidad que, por estar frente a nosotros, frecuentemente, casi en toda oración, puede desconcertarnos y volvemos la oración especialmente difícil: Se trata del progresivo descenso a la intimidad del alma, *j el tiempo* que, ordinariamente se requiere.

A veces, ésta siente un anhelo profundo de llegar a la comunicación profunda con Dios rápidamente y emprende, con esa ilusión, su hora fuerte de oración. Pero, he aquí que en su

habitual pedagogía, el Señor va a tomarse un tiempo, el que le plazca. Ciertamente El no necesita más o menos para llegar hasta el centro mismo del alma, en la intimidad del espíritu del hombre, donde el Espíritu de Dios se une a nuestro espíritu.

Si la persona no está bien instruida sobre los avatares y acontecimientos, las etapas ordinarias y el modo de proceder de Dios, es posible que se sienta profundamente desconcertada. En este punto de querer llegar de una vez al final, somos todos "impulsivos". Tendemos a "manipular" a Dios, captarlo y ponerlo a disposición de lo que deseamos. Y El es "el infinitamente libre".

4. Y. Raguin, Caminos de contemplación, Edic. Narcea, 1985, 110-138.

Si repasamos la historia de los grandes seguidores de Cristo veremos que Dios ha tenido que tomarse un tiempo largo, de años, para irlos purificando y transformando a imagen de su Hijo, Cristo Jesús.

Exactamente lo mismo ocurre en la historia de los grandes orantes: Desde que Santa Teresa comenzó a hacerlos primeros pinitos en la oración hasta que el Señor, en un duro itinerario la fue conduciendo a las moradas más íntimas de su trato transcurrieron muchos años. Y ella misma enseñada por una larga y dolorosa experiencia, nos ha dejado una doctrina soberana.⁵

Naturalmente, esto jamás debe ser un estímulo a la pereza y a dejar de poner con entusiasmo y ardor cuanto a nosotros nos toca para acelerar la hora del Señor. Si fuéramos más diligentes, el tiempo de Dios se acortaría no poco y nos iría introduciendo en su intimidad con mayor intensidad y rapidez,

Esto mismo es aplicable al tiempo fuerte de oración. Los santos han insistido sobre ello, y San Ignacio de Loyola, en sus Ejercicios espirituales viene a decir repetidamente que el alma necesita un tiempo largo de oración, El pone hasta una hora, para dar lugar a que Dios se comunique con su creatura. Ciertamente, Dios permanecerá siempre dueño soberano de su libertad y dará a uno y a otro acceso a su intimidad cuándo, cómo y con la duración que le plazca: en un momento privilegiado, en unos minutos de profunda comunicación paternal en un tiempo prolongado en que invade al alma y la mantiene junto a sí con el amor y la comunicación más amorosa imaginable.⁶

5. Cfr. Obras completas de Santa Teresa, BAC, libro de la vida, Camino de perfección.

6. San Ignacio de Loyola, Ejercicios espirituales, nn. 2, 12, 13, 15, 19; Cfr. Hans Urs von Balthasar, Sólo el amor es digno de fe, Sigüeme, Salamanca, 1971; P. Chauchard, Necesitamos amar, Herder, 1969; R. 7, aurentin, El amor y sus disfraces, Edic., Paulinas, Madrid, 1970

El hecho de esta habitual pedagogía divina está pidiendo del hombre una entrega o una fidelidad sin límites, a la espera pacífica de que se le abra la puerta de la comunicación íntima de Dios; de ser introducida en la morada secreta del trato con su creador, Señor y Padre. Con su todo. Ella sólo puede llamar con humildad, perseverancia y total disponibilidad. Y vivir en la persuasión de que ese tiempo es una oportunidad preciosa que se le concede de vivir haciendo compañía al Señor, sin sentir, quizá, para nada, su presencia. Ese quemar su tiempo es un holocausto valiosísimo a Dios y un modo sumamente agradable al Señor de comunicarse con El en fe y en amor.

2. La estructura de la fe

La oración tiene su raíz en la fe viva

La oración cristiana, si se quiere ir a su raíz profunda, debe ser enfocada desde la fe.

"La oración va siempre unida al ámbito de la fe: es una aspiración a ese ámbito. Y, en definitiva es una vida dentro de ese ámbito. Si uno se cierra al mundo de la fe, desaparece esa tensión, esa aspiración; no puede plantearse relación alguna".⁸ Siendo un acto de religiosidad, de piedad hacia Dios, tiene un elemento decisivo que la especifica y la distingue "fundamentalmente" de la oración que puede hacer cualquier hombre religioso: la fe.

Por otra parte, esta conexión entre la fe y la oración es hasta tal punto intensa que se puede afirmar sin titubeos, que en tanto hay vida de fe en cuanto que hay vida de oración. Es decir que la oración es la expresión de la intensidad de la fe en una persona. Oración, y fe son dos realidades que se aclaran y se expresan mutuamente. La oración, por consiguiente, en tanto es oración cristiana en cuanto es expresión de la propia fe del creyente".⁸

Para llegar hasta aquí, sería preciso hacer un largo recorrido. Nos contentamos con insinuar los pasos.

Fe, conversión y encuentro con la persona de Cristo.

La fe puede ser *definida* de modos diversos, todos ellos válidos. Pero, sin duda alguna, no todos tocan igualmente el núcleo fundamental de la fe.

Si partimos de dos hechos concretos, la fe de San Juan y San Pablo (Jn 1, 35-39; 1 Jn 1,2; Gal 1, 15-16; Hech 9, 1-19; 22,4-12; 26, 10-20), llegamos a la conclusión de que para ellos convertirse a la fe, fue un encuentro personal con Jesucristo y la relación establecida con El. La aceptación de Cristo, de su persona y el compromiso que lleva consigo: aceptarlo como *norma decisiva* de la propia existencia o la "adhesión incondicional a su persona. Todo ello implica una decisión y opción fundamental por El.

Fe y conversión cristiana están tan íntimamente unidas que pueden "convertirse" entre sí perfectamente. La conversión es conversión. (Hech 2, 14-41).

7 Y. Raguin, Vivir la propia vida, Edit. Sal. Terrae, 1984, 14.

Ambas tienen un núcleo común fundamental: Toda auténtica conversión está en Jesucristo mismo, es decir, en que nos hemos encontrado con El y en la relación, que a partir de aquí, se establece entre nosotros y su persona.

Y no puede ser de otro modo: Jesucristo es la "llamada apremiante" del Padre a la conversión. Cuando nos convertimos es que nos hemos encontrado con El y nos "adherimos a su persona" con todas las consecuencias que van a tener las exigencias de este compromiso. Es una experiencia profunda de conversión del propio corazón.

8. J. M. Castillo, *Oración y existencia cristiana*, o. c., 58.

Pero esta llamada apremiante del Padre en Jesús precisamente porque es de Dios, y proviene de su amor a cada uno, tiene un sentido de "intimidad", de llamada personal. "La conversión consiste en descubrir la persona del Señor y la función salvífica de El. Y este descubrimiento no puede realizarse si no se da un encuentro personal y una adhesión a El, nos convertimos, por consiguiente, a Jesús, a su persona, antes que a una obra, a un trabajo a una misión por excelsa que sea. Esto será la consecuencia irremplazable, pero no está en el núcleo más esencial de la conversión. Esto mismo puede ser dicho de la fe: "Convertirse a la fe, es convertirse a una persona (Cristo Jesús); encontrar la fe es encontrar a esta persona, aceptar la fe es aceptar esa misma persona (...) Así tiene que ocurrir en todo encuentro verdadero con la fe".⁹

"Cuando Dios revela, el hombre tiene que *someterse con la fe* (ef. Rom 16, 26; cop. con Rom 1,5; 2 Cor 10, 5-6). Por la fe el hombre se entrega entera y libremente a Dios, le ofrece "el homenaje total de su entendimiento y voluntad", asintiendo libremente a lo que Dios revela. Para dar esta respuesta de la fe, es necesaria la gracia de Dios, que se adelanta y nos ayuda, junto con el auxilio interior del Espíritu Santo, que mueve el corazón, lo dirige a Dios, abre los ojos del Espíritu y concede "a todos gusto de aceptarla verdad. Para que el hombre pueda comprender cada vez más profundamente la revelación, el Espíritu Santo perfecciona constantemente la fe con sus dones".¹⁰

Por eso, el crecimiento en la conversión es crecimiento en la fe: y, a su vez, crecimiento en la fe, lo es también en la conversión, porque ambas son encuentro y adhesión a una persona: Cristo. La conversión y la fe auténtica es la realización de Otro en mí, no es la propia realización por más pura que sea (Gal 2, 20; Fil 3,7-12). Se trata de que Otro, Cristo Jesús realmente se apodera de mí.

9. J. M. Castillo, o. c., 63-64; crf. capítulo citado de la obra: *Compasibi*,

10. R. Laturelle, *Teología de la Revelación*, citado por J. M. Castillo, o.c., 149, nota 32. DV 5.

Y aquí nos encontramos de lleno dentro del misterio de las purificaciones de Dios, que nada más esbozamos. Dada la profunda inclinación del hombre a poseerse a sí mismo a ser el árbitro de su destino, a estar en el centro de sí, es preciso que Dios, en su pedagogía, le haga pasar por 1; experiencia dolorosa de desprenderlo de sí para tomar posesión de El, cada vez más profundamente como una exigencia de amor. Es la experiencia dolorosa de la fe que tiene su origen en el amor de Dios y va orientada a una posesión de ese amor. Al fin en la conversión a la fe el hombre se adhiere al Señor y esta adhesión no puede menos de arrastrar las consecuencias de irse desprendiendo de cuanto puede obstaculizarla.

El hecho de que la fe sea, fundamentalmente un encuentro con tu persona, Jesucristo, no disminuye la importancia de la adhesión: las verdades y valores que esa misma persona proponga, a contrario: les da una fuerza de exigencia especial, como continuidad que son de la persona. Pero siempre será verdad en esta concepción de la fe que la verdad y el valor supremo es la persona tangible y concreta de Jesús, que la vida es esta; persona concreta, Dios verdadero y vida eterna.

Así nos hallamos muy lejos de concebir la fe como un puro sentimiento, aunque se den reacciones afectivas y percibimos la alegría de tratar y servir a Dios. Todo ello puede ser indicio de fe verdadera, pero no entra a formar el núcleo esencial de la fe. La fe resumiéndola en una expresión fundamental, no exclusiva es "una decisión por Cristo, con todas las consecuencias que implica (Mt 10,32-33; Lc 12, 8-9; Mc 8,38)."⁹

11 H. Zimmermann, "Fe", en: *Diccionario de Teología bíblica*, 394.

La dificultad:

La estructura de la fe está fundamentalmente configurada por el encuentro personal con el otro; por la confianza y el abandono; por la obediencia a su voluntad como una consecuencia irremplazable. Esto es lo que confiere a la persona su valor, porque todo ello procede de la fuerza del Espíritu y conduce a una expansión humana y divina la más profunda e íntima puesto que está fundada en el amor.

La oración cristiana que se inicia y expresa a partir de la experiencia de la fe y es su manifestación, está íntimamente unida a la *maduración* de la misma fe.

Este es el punto crucial de la dificultad y, por tanto, el punto de partida de la solución que ofrece la oración.

La maduración en la fe supone caminar un itinerario de purificación que implica tiempo y sufrimiento. Todo itinerario lleva consigo hallar dificultades previstas e imprevistas que desconciertan.

Ya sabemos que en la pedagogía de Dios de irnos madurando en la fe, se dan experiencias primarias que llenan de gozo y nos hacen creer, ilusionados, que eso va a ser eterno. Pero ya sabemos que no es así. Por eso ante la prueba, las impresiones de haberse estancado, de sentirse abandonado, de no palpar el resultado de los propios esfuerzos, de tocar la incapacidad de producir pensamientos y afectos que se refieren a Dios..., podemos caer en una desilusión que nos haga tomar determinaciones funestas. Abandonar un campo en el que nos sentimos perdidos.

Es la hora de recordar y de Practicar la "experiencia de la fe" seca, "árida... Nos hallamos en una etapa privilegiada de crecimiento en la fe si la sabemos aprovechar y perseveramos orando. La fe, para robustecerse, necesita andar estos pasos, vivir estas experiencias duras y mortificantes. La oración, por tanto, se encuentra aquí con una dificultad que, por más obvia, nos resultará siempre desconcertante y dolorosa.

La purificación de la oración viene exigidas por la necesidad de la misma que tiene la fe. Ambas van de la mano. Y se explican mutuamente.

Por otra parte, el encuentro con el Otro, la relación personal que forma la estructura esencial de la fe, tiende a acrecentar en nosotros el deseo de comunicarnos, en intimidad creciente, con Él, en ser tomados por Él; penetrar en sus dominios, conocerlos "cara a cara"⁷⁵..., y de nuevo, nos hallamos ante otra realidad, en gran parte, infranqueable: ante la realidad de un Dios que nos supera infinitamente y que puede darnos un conocimiento y un gusto, cada vez mayor, de sí, pero que, en definitiva, será para nosotros siempre el ser del que experimentamos y conocemos una porción mínima.

Y esto, lo compruebo experimentalmente un día y otro, puede conducirnos a un desencanto y frustración del que pensaba poder conseguirlo todo y quedarse, en la realidad, casi a la puerta. Por más que esto sea así y tengamos que soportar dolorosamente en este mundo la limitación de nuestro ser frente a la infinitud de Dios, tenemos el gran consuelo de que conocer y amar a Dios en la medida más pequeña, merece toda la vida y la entrega de la persona.

Por otra parte, recordemos la doctrina paulina sobre el papel del Espíritu Santo en la oración y, por tanto, en la ayuda insustituible que necesitamos de él para orar (Rom 14,17; Gal 4, 6-7). Sólo por la fuerza y el amor del Espíritu Santo podemos orar como conviene; sólo por su acción podemos crecer y madurar en la fe, y, conscientemente, en la oración. Jesús nos asegura con palabras encarecidas (Lc 11,11-12), la donación de su Espíritu que tiene una misión fundamental respecto de la oración, del crecimiento en ella y de la solución de las dificultades más arduas que se le presentan. Por eso, ante la gran dificultad de la oración, que resulta connatural cuando se la considera desde la maduración de la fe, tenemos derecho a un sostenido optimismo: contamos con la guía, la fuerza y el amor del Espíritu de Cristo que nos irá madurando en la fe y en la oración y será, por tanto, el principal elemento de solución a la dificultad de la oración.

Las dificultades concretas

Concretando lo que hemos dicho sobre la fe como exigencia de las dificultades que pudieran clasificarse como dificultades vivenciales e intelectuales: tienen su raíz en la estructura de la fe.

Dificultades vivenciales

"Se han aceptado como criterios de vida la inmediatez, la eficacia y la rapidez. Por contraste, la vida de fe es lenta y exige una constancia sobrehumana; su adelanto es oscilante y no se le puede comprobar con métodos exactos de meditación; en consecuencia, nos sentimos defraudados, confusos y como perdidos en una selva".^{12,13}

Venimos, de nuevo, a dar en lo insinuado anteriormente: Es la dificultad que representa, muchas veces, la comunicación con Dios, si vamos a ella con la persuasión de captar a Dios a nuestra voluntad, de ver palpar en la oración la realidad de un medio poderoso de transformación "inmediata", que nos ahorre el itinerario frecuentemente largo y doloroso que supone.

Hemos de estar dispuestos a pasar por el caminar que anduvo el patriarca Abraham (Gen 12ss.), el del pueblo de Israel en su peregrinar por el desierto; el que han recorrido todos los grandes orantes, y del que no fue eximido el mismo Jesús (Hebr 12,2). Ante este hecho, ajeno a la esencia misma de la fe que debe ir creciendo y madurando, la actitud de fidelidad y constancia, se presentará, más de una vez, como un peso casi insoportable; como un perder el tiempo y sentirse el alma desilusionada de Dios mismo.

12.1. Larrañaga, Muéstrame tu rostro, 41.

13. Cfr. J. van Eynde, M. Bouillot, *Vivre la Parole*, en: *Priere et Renouveau*, Maison Notre-Dame, Fayt-lez-Manage, Belgicjue, 1981, 45-47.

No siempre, ni mucho menos, se verá enfrentado el orante con esta realidad. Pero aun en los momentos de mayor comunicación y entrega de Dios al alma, quedará un poso de nostalgia, de pacificante "insatisfacción" de no haber encontrado más profundamente la comunicación del Señor.

Dificultades intelectuales

Antes o después o, quizá, simultáneamente, el que ora se verá molesto, y aun sacudido, por dificultades que se asentarán en el campo de la inteligencia.

¿Será cierto que Dios se quiere comunicar con sus creaturas cuando, yo lo noto tan alejado de mí, tan inaccesible? ¿Es posible que yo pueda llegar a conocerlo, nada más que en la superficie, cuando me noto tan increíblemente limitado y constantemente superado por El en sus designios, en sus pensamientos, en su actuar imprevisible? Lo que me acontece cuando El se me comunica ¿es realmente afecto de su acción o será una proyección de mi deseo inconsciente de El; algo mío que le atribuyo? Las dificultades se podrían multiplicar y en cada una de ellas podríamos leer la dificultad fundamental de una fe que "peregrina" hacia El y se va profundizando.

Importa mucho no dejarnos enredar en estas dificultades; contar con ellas pero saber cómo enfrentarlas. De este modo la dificultad de la oración que proviene de la fe, puede convertirse en un elemento de gran crecimiento en ambas.

La ayuda de una prudente, sabia y experimentada dirección resultará sumamente provechosa. Quedarse solo, frente a ella, cuando es aguda o prolongada, puede ser muy arriesgado.

Dificultad por la falta de decisión: Orientaciones:

a) No suele ser considerada como una dificultad de la oración. Sin embargo, es la fuente de no pocas de ellas.

b) La falta de decisión influye de tal modo en la oración que mientras este obstáculo no se elimine, no hay garantía de que llegue realmente a ser persona de oración.

Ciertamente, el maestro principal de toda oración es el Espíritu Santo y su acción en ella es el elemento, principal, insustituible de toda oración auténticamente cristiana.

Pero junto al influjo de la gracia, se encuentra, aunque secundariamente, la cooperación de la persona. Y esta cooperación tiene una manifestación especialmente importante en la actuación de nuestra voluntad.

c) Dios nos ha dado una voluntad que podemos ejercitar en la toma de decisiones. Eso hacemos en la vida, constantemente y necesitamos hacerlo también en la oración. Olvidar esta realidad o no querer prácticamente reconocerla, es exponerse a fracasar en algo tan capital para la vida cristiana como es la comunicación con Dios.

La decisión de nuestra voluntad se manifiesta o ejercita de modos diversos.

Pero hay una decisión fundamental que responde a una toma de conciencia y a una opción que hacemos ante un valor que consideramos trascendente para nosotros.

d) La decisión de orar, se fragua en el interior de nosotros y se expresa en la determinación de "quiero, verdadera y seriamente, orar"⁵.

Mientras esta decisión no exista, siempre estaremos expuestos a engañarnos y hacemos reos de una oración hecha a medias; a ser víctimas de buscamos a nosotros mismos en ella; a acortarla, a omitirla cuando nos encontramos con una dificultad que nos sale al paso.

e) La verdadera decisión se muestra en cuanto puede contribuir, que la acción del Espíritu sea intensa: desde la debida preparación, hasta la perseverancia en la fidelidad en medio de la más intensa desolación.

f) La falta de decisión arguye, a su vez, la falta de una fuerte y *pura* motivación. La voluntad se mueve por valores. Si en la oración no vemos un gran valor para nosotros, porque no apreciamos debidamente la comunicación con Dios nuestro creador y señor, ni le damos mayor importancia a la transformación del Espíritu que realiza en ella, ni valoramos la irradiación que emana de la misma en orden a nuestra vida cristiana, es natural que nuestra decisión de orar sea débil, casi inexistente. La falta de decisión implica, cuando es debida a la caída de valores, una falta de fe viva y un amor ardiente a Dios.

Desde luego, el hecho de tener una firme decisión de orar, no lleva consigo automáticamente ser persona de oración, y el éxito de la misma. Esta es obra del Espíritu, fundamentalmente; pero necesita de esta aportación nuestra: la firme decisión de orar. Santa Teresa aborda este punto con la decisión y claridad que le son tan características:

"No os espantéis, hijas, de las muchas cosas que es menester mirar para comenzar este viaje, el de la oración", que es camino real para el Cielo. Ganaste yendo por él gran tesoro, no es mucho, que cueste mucho, a nuestro parecer. Tiempo vendrá que se entienda cuán nada es todo para tan gran precio.

Ahora, tomando a los que quieren ir por él, y no parar hasta el fin, que es beber de esta agua de vida, cómo han de comenzar, digo que importa mucho y el todo, una grande y muy determinada determinación de no parar hasta llegar a ella, venga lo que viniere, suceda lo que sucediere, trabájese lo que se trabajare, murmure quien murmure, siquiera llegue allá, siquiera se hunda el mundo, como muchas veces acaece con decimos: "hay peligro", "fulana por aquí se perdió", "el otro se engañó", "el otro que rezaba mucho, cayó", "hacen daño a la virtud", "no es para mujeres, que les podrán venir ilusiones", "mejor será que hilen", "no han menester esas delicadezas", "basta el *Paternóster y Avemarias*", (...). El demonio parece ha inventado poner estos miedos; y así ha sido mañoso a hacer caer a algunos, que tenían oración, al parecer. (...). Así que, hermanas, dejaos de estos medios; nunca hagáis caso en cosas semejantes de la opinión del vulgo. Mirad que no son tiempos de la opinión del vulgo. Mirad que no son tiempos de creer a todos, sino a los que viereis van conforme a

la vida de Cristo. Procurad tener limpia conciencia y humildad, menosprecio de todas las cosas del mundo y creer firmemente lo que tiene la Madre Santa Iglesia, y a buen seguro que vais por buen camino.¹⁴

14. Santa Teresa, Camino de perfección, c. 21, 2, 7, 10; Cfr. T. Goffi, In experiencia espiritual boy, Edic. Sigúeme, Salamanca, 1987, 93; A. M, Benjard, o. c., 22-34.

XII. ORIENTACIONES PARA LA ORACIÓN: TIEMPO, LUGAR, EXTENSIÓN DE LA ORACIÓN, DETALLES DE IMPORTANCIA

1. Tiempo para orar; cuándo orar

La oración en el tiempo

La Biblia nos recomienda insistentemente no interrumpir la oración:

Lc 18,1: Orad en todo tiempo sin desmayar.

Rom 12,12: Sed constantes en la oración.

Ef. 6,18: Vivan orando y suplicando. Oren en todo tiempo.

Fil 4, 6: En toda circunstancia recurran a la oración.

1 Tes 1,3: En nuestras oraciones constantemente recordamos a nuestro Padre.

1 Tes 5, 17: Oren sin cesar y en toda ocasión den gracias a Dios...

Ya se ve que, material, psicológicamente no podemos orar siempre de un modo explícito, formal.

Pero esta oración implícita, de la que se trata en otra parte, no se consigue si no es dedicándole a la oración formal, explícita "algún tiempo", si no diario, que es lo aconsejable, *si frecuente y prolongado*.

Lo "esencial" para una vida en Cristo que va creciendo y dando frutos, es orar expresamente. La elección del tiempo juega su parte importante, a veces, fundamental.

Elegir el tiempo significa elegir bien la "hora" para orar: mi hora.

La hora puede entenderse en un doble sentido: el tiempo mejor para orar, "mi" tiempo para tratar con Dios.

La hora: hablando en general, todo tiempo es bueno para orar, pero no todo tiempo es el mejor. Se trata de ofrecer al Señor el tiempo más apto para comunicarnos con él. Puesto que Dios es quien toma la iniciativa y nos invita a orar, él, a veces, se toma la "libertad" de movernos, de un modo especial, orar. Ese será el tiempo mejor. De ordinario, no es así: somos nosotros, con su gracia, quienes nos determinamos a ofrecer este o aquel tiempo. Hay un consentimiento casi unánime de que el tiempo más apto para orar es "por la mañana": después del descanso de la noche, antes de entrar en los quehaceres del día. "Por la noche": terminadas las labores de la jornada; cuando el reposo de la naturaleza parece invitar al trato con Dios. "En estas dos temporadas está el ánimo más tranquilo, es más fácil la soledad interior y exterior, es menos difícil el concentrarse para orar".

"Mi" hora para orar:

Puede ser que la hora en sí mejor, no lo sea para mí; en mis circunstancias, en mi situación concreta; por mi trabajo; por mi psicología...

La hora es un medio, no un fin. Entonces debo elegir otra, que, quizá en sí, sea menos apta, pero para mí es mejor o la mejor.

Esto lo he de ver, ponderando mi situación real, mis posibilidades, la experiencia, la invitación del Señor. En ningún caso lo he de dejar al capricho, al acaso, al gusto, a la improvisación...

Si sé darle la primacía que le corresponde a la oración, sé desprenderme de mí, oír al Señor y aun el consejo de una persona experimentada; no encontraré dificultad especial en dar con "mi" hora, armonizada con mis deberes, ocupaciones impostergables, ...

A veces, la dificultad mayor proviene del desorden en el horario: me acuesto cuando me parece, me levanto cuando me place... No tengo disciplina ni en mí ni cuento con un horario flexible, no caprichoso, al que soy fiel.

Una vez elegida "mi" hora, he de ser fiel a ella. Si no hay razón de fuerza mayor, no debo variarla porque ocurran dificultades pequeñas u ocupaciones que, sin detrimento de persona alguna u ocupaciones de obligación, debo dar de lado.

Ni la sequedad o aridez espiritual, ni la desolación son razón suficiente para variarla. Esto no es raro cuando el alma se ve en esa situación. Pero, fuera de excepciones, daña a la oración, a veces notablemente. Es una razón más para perseverar en la hora, mostrando al Señor mi fidelidad de ese modo.

No debo excluir, ya se indicó, situaciones imprevistas, enfermedades, obligaciones impostergables, ayudas necesarias o muy convenientes al prójimo que deban variar el tiempo de mi oración.

2. Lugar para orar: Dónde orar?

"En cada instante de nuestra vida, donde quiera que estemos, podemos descubrir en nosotros su Presencia: en el Metro o en el autobús, en un bar ensordecido por los gritos del jazz, en un campo de concentración o en una tienda de objetos piadosos llena de horridos cachivaches... Podemos orar en cualquier parte. Para este acto puramente íntimo e inmediato, que es la respiración habitual de

nuestra alma, no se requiere ningún condicionamiento externo. Pero cuando queremos ponernos a orar, a hacer de la oración nuestra única ocupación actual, debemos buscar, en cuanto sea posible, un lugar y marco apropiado".

A. Importancia:

No debemos mirar estos recursos como indiferentes. Si llegan a faltarnos, debemos aprender de ellos y orar en perseverancia y fidelidad, compensando la mayor facilidad que nos brinda un lugar apropiado con un esfuerzo mayor de atención interior.

No debemos despreciar ni dejar de echar mano o procurarnos un lugar apto, que debe entrar en las condiciones normales de la oración.

No somos espíritus puros: Compuestos de alma y cuerpo y formando una unidad en la que cada nivel: físico, psicológico, espiritual, sobrenatural, se condicionan o influyen, de algún modo, todo nuestro ser debe entrar en la oración.

Entre las condiciones irrenunciables del cuerpo hay dos especialmente importantes: tiempo y lugar. No podemos orar como ángeles, sin tener en cuenta las condiciones físicas y las exigencias de la sensibilidad. Ni somos seres desencarnados. El Antiguo y el Nuevo Testamento, toda la Liturgia está empapada de este pensamiento y tiene muy en cuenta las condiciones aun externas del alma y del cuerpo.

B. Un sitio apropiado para orar:

Cuando no es posible

No siempre es posible, menos en la situación habitacional en que viven muchas personas: casas pequeñas, apenas con espacio suficiente; rodeadas de casas estrechas, ruidosas... Para estas personas la exhortación de Cristo (Mt 6,6), resulta poco menos que imposible.

Aun así, no dependamos tan fuertemente de las circunstancias que caigamos en la tentación de dejar la oración.

Aun estas personas podrán, muchas veces, hacer su oración a horas en que la casa esté menos ocupada, más tranquila... Si aun esto no es posible, ensayen hacerla, cuando puedan, en una capilla o Iglesia próxima...

Si ni esta posibilidad está en sus manos, hagan lo que puedan; el Señor suplirá en nuestro buen deseo y esfuerzo. Todo menos abandonar la oración.

Todavía, para algunas personas puede ser válido este consejo; suple en un fin de semana lo que, por tus circunstancias concretas no has podido hacer, o no como quisieras, durante la semana. Intensifica, además, la vida de oración durante el día y aplícate, con gran pureza de intención a cumplir con tus obligaciones y ejercitar la fe, la esperanza y, sobre todo, la caridad, con Dios y con tu prójimo.

Un sitio apropiado:

Desde luego el lugar por excelencia para orar, es delante del santísimo, siempre que se pueda. Esto se da como norma general, no siempre aplicable. Muchas veces no será posible si no orar en la propia casa.

Incluso hay personas a quienes le cae menor orar en la intimidad de su habitación.

3. Extensión de la oración: Durante cuánto tiempo:

A. ¿Cuánto tiempo he de consagrar a la oración?

No hay una norma universal, aplicable a todos por igual. Depende de muchas cosas: de la llamada de la gracia; de la necesidad, de la etapa espiritual en que me hallo; de las posibilidades; de la generosidad; de las crisis porque estoy pasando... Por todo ello se deduce que es muy conveniente una dirección o, al menos, consejos ocasionales de una persona competente y espiritual.

En todo caso, sean cualesquiera que fueran las condiciones, debe haber un "mínimo" de trato diario con el Señor que, ordinariamente, se irá aumentando progresiva y discretamente. Esto no impide que, de vez en cuando, y es muy aconsejable, se tomen tiempos extraordinarios de oración: fines de semana, convivencias, retiros, ejercicios espirituales...

Lo primero y fundamental para todo el que no ora es *decidirse a orar*. Cuenta con la gracia de Dios; puede comenzar, por tanto, a orar aunque le parezca que usa un modo rudimentario. Para el Señor, cuando lo hacemos para comunicarnos con él filialmente, no hay modo insignificante de orar.

Seamos conscientes de que, si no tenemos experiencia de oración, lo ordinario es que haya, de parte de Dios y nuestra, una pedagogía de oración:

Con la dirección, la lectura, y, sobre todo con la experiencia que vamos adquiriendo, nos adentramos, más y más en la oración y aprendemos nuevos modos de comunicarnos con Dios y de profundizar los que ya conocemos.

Es importante comenzar dedicando poco tiempo a la oración: no caigamos en la tentación de emplear, de primer intento, una hora diaria. Probablemente terminaríamos por abandonarla.

Estemos, sin embargo, atentos a los deseos que el Señor va suscitando en nosotros de dedicarle más tiempo, que iremos regulando discretamente, si es posible, bajo la dirección de una persona experimentada, preferentemente un sacerdote. Es interesante observar que una hora de oración representa menos de un 4% de nuestra vida. "Parece que cuanto más activa y dispersa es nuestra vida diaria, mayor es la necesidad de una hora de "relajamiento y reposo en Dios". Necesitamos experimentar en nuestros nervios y emociones el impacto tranquilizador de este "ejercicio" diario. Necesitamos también la diaria "curación del alma" y "apertura al Espíritu" en calma y en silencio, (...). De este modo, Dios, por medio de la oración nos cambia y nos renueva más profundamente que por medio de otro tipo de actividades beneficiosas".

B. Lo fundamental

Respecto de la duración en la oración, lo fundamental es perseverar en cuanto al *tiempo determinado para orar*. Sin embargo hemos de ser realistas y aun "modestos" Se trata de calibrar debidamente nuestra situación, al tratar de ponernos en comunicación con Dios, ver con objetividad nuestras actuales posibilidades y la llamada de la gracia. Ciertamente; no será lo mismo para el que comienza a orar, por más determinado que esté, que para el que lleva ya años en el trato diario o frecuente con Dios. Lo que puede ser un consejo acertado para uno, puede ser un exceso o una falta de generosidad para otro.

Dios da su gracia a los humildes: en nuestro caso, a quienes se disponen a orar y a dedicar un tiempo discreto a sólo Dios conforme a su actual situación doméstica, interior, influjo del Espíritu... Por ello será aconsejable, a los comienzos contentarse con un tiempo que puede parecer corto y excesivamente modesto: quizá 10 ó 15 minutos. A medida que la gracia va suscitando el deseo de alargarlo y nuestra situación lo permite, contando con una sana generosidad y desprendimiento de otras ocupaciones, podemos elevarlo a 20 minutos, a media hora. Es muy aconsejable contar con el consejo de personas expertas en este campo. Así evitamos, con más facilidad, el quedarnos más acá de lo que podemos y Dios entonces quiere de nosotros, o de irnos más allá, arrastrados por una laudable pero subjetiva y quizá insostenible generosidad.

Y volvemos a lo afirmado al comienzo. Es fundamental perseverar, pese a las dificultades, a la sequedad o desolación en lo determinado discretamente a luz de Dios.

4. Detalles de importancia:

A. Posición corporal

Tampoco aquí se puede dar una norma universal y válida igualmente para todos.

Sí podemos afirmar el criterio ignaciano: aquella posibilidad en la que vaya notando que más se comunica el Señor. No pocos, con la experiencia, han adquirido una seguridad apreciable de que determinada posición es la más conveniente para ellos.

Pero aun esta posición habitual habrá que variarla, a veces, por exigencia del lugar en que se ora; por la disposición física en que uno se encuentra, sano, enfermo; por la moción interior del Espíritu; por la exigencia de la materia; por el fin que se pretende conseguir...

Las posiciones más ordinarias son: orar sentado, de pie, de rodillas...

No se quiere decir que cuando se ora en privado no se puedan adoptar otras posturas que llamarían la atención, ele ejercitarse en público. La privacidad permite posiciones que el orar en público pide sean evitadas o, al menos, hechas de modo muy discreto.

Se ha de procurar que las posiciones, cualesquiera que sean, ni degeneren en actos de mortificación, fuera de mociones especiales, por robar fuertemente la atención, ni que sean demasiado cómodas que inviten a la pereza, a la somnolencia...

No se descarta adoptar privadamente posturas de factura oriental, con la condición de que no impliquen peligro de pesar a experiencias realmente dañosas para el espíritu; que estén llenas de la reverencia cristiana que el trato con el Señor nos pide, aun en la mayor confianza filiar.

B. Relajarse físicamente; serenarse psicológicamente; concentrarse interiormente

Recordemos lo dicho anteriormente y admitámoslo sinceramente: somos una unidad en la que todos y cada uno de los diversos niveles (le nuestra personalidad se influyen e interaccionan.

a) Relajarse físicamente:

Existen métodos diversos. Los hay muy sencillos y eficaces, preferimos éstos que son fáciles de aprender y de practicar. Lo mejor es dejarse guiar por una persona que sea competente en iniciar a otros y que ofrezca completa garantía de no desviarse. Hay métodos que tienen muy poco que ver con la finalidad de la oración cristiana y por tanto, con estos medios que solamente se utilizan como disposición corporal para entrar en la oración más descansados y ofrecer al Señor un campo más apto a la acción de su gracia. Esta respeta nuestra psicología y situación corporal. La experiencia da que, a medida que la acción del Señor se va apoderando de la persona, él dispensa una ayuda particular, aun para disponernos psicológica y físicamente. Pero no olvidemos la ley de la cooperación a la obra del Señor.

b) Sosegarse psicológicamente:

En una instrucción particular, se da doctrina y proponen ejercicios adecuados.

Sería un lamentable error darle una importancia primordial a]o que, teniéndola ciertamente, no es sino un medio que debe orientarse hacia un fin superior: a disponerse y prepararse a la comunicación con Dios.

Mayor error aún sería medir la eficacia de la oración por la regularidad, perfección y tiempo que se le dedica a estos medios. Pero esto no justifica ni debe ser razón de peso para dejar de ejercitar métodos que, bien empleados ayudan, discretamente, a un considerablemente, al éxito de la oración hecha en el poder y la guía del Espíritu. Tengamos muy presente que esta relajación física y el apaciguamiento psicológico no forman parte de la oración. Son ayudas que pueden ser convenientes y aun necesarias, para disponerse a orar.

BIBLIOGRAFIA

I. Larrañaga, Muéstrame tu rostro, 183-192.

B. Basset, *Orar de nuevo*, 105-108.

San Ignacio de Loyola, *Ejercicios espirituales*, n. 76.

Santa Teresa de Jesús, *Vida*, c. 15, *Obras completas*, BAC, 1, 676

Y. Raguin, *Orar la propia vida*, 42ss. M. Ballester, *Oración profunda*, CIS, Roma, 1978, 9ss. M. A. Fiorito, *Buscar y hallar la voluntad de Dios*, 1, 48-51.

Sobre el "problema del tiempo", da preciosas indicaciones el P. P-J. Kolvenbach a los jesuitas, aplicables a todo cristiano comprometido apostólicamente.

"Carta tras carta se ha repetido el problema que plantea para muchos la ausencia de un ritmo de vida, de un ritmo que nos permita hacer frente a nuestras responsabilidades apostólicas frente a la sociedad humana y, a la vez, asegurar el tiempo y el espacio indispensable para una vida en el Espíritu. Estas cartas lamentan repetidamente un trabajo inmoderado y una rutina agotadora, pero confiesan también un descanso inmoderado y una falta de tiempo ordenado, cuando se trata de la vida comunitaria. Puesto que el activismo no es lo mismo que el celo apostólico, el ritmo de vida debería asegurar la calidad de la contribución de cada uno a las prioridades apostólicas de la Compañía.

(...) El trabajo incesante crece y un gran número de jesuitas trata de asumir y combinar muchas responsabilidades. En muchos casos también, algunos prefieren una vida agitada, en lugar de hacer frente con valentía a elecciones que se imponen. En nuestro tiempo domina la obsesión de la eficacia y la fascinación del rendimiento. El deterioro en todos estos casos es tan grande que la calidad del trabajo se resiente necesariamente de él, el compromiso apostólico se vacía de fervor, y el operario pierde recursos y disponibilidad. La espiritualidad ignaciana considera que el jesuita como idiorítmico es decir, capaz de adoptar un ritmo de vida más adecuado para él, haciéndole progresar en la vida del Espíritu, de la que deriva su servicio apostólico. Es la ampliación de lo que la Congregación General 31 había ya decretado para "el ritmo de la oración personal" (...) Basándose en la "discreta caritas" y (...) suponiendo "el consejo del Padre espiritual" y la aprobación del superior", (...) Ja Congregación General 31 invitaba a cada uno, para mayor servicio, a encontrar el tiempo "durante el cual, dejadas todas las cosas, se aplica a encontrar a Dios" (...) Este acto de oración que aparece fácilmente ocioso, este tiempo "perdido", produce en toda vida en el Espíritu una experiencia de gratitud, más allá de las categorías de lo útil o inútil. Así es como, en la acción apostólica se manifiesta la voluntad de hacer acopio de recursos, comenzando por "sentamos" (Le 14, 28), a fin discernir y de evaluar juntos, y acabando de este modo por "disfrutar del necesario descanso y esparcimiento en nuestras comunidades".

Peter-Hans Kolvenbach, *Selecciones de escritos del P. Peter-Hans Kolvenbach*, Edita: Provincia de España de la Compañía de Jesús, 1992, 87-88.

Sobre el "Cuerpo en la oración" puede leerse con fruto la disertación de S. Spinsante, en "Cuerpo". *Nuevo Diccionario de espiritualidad*, Edic. Paulinas, Madrid, 1983, 326ss.

XIII PREPARANDOSE PARA ORAR

1. Necesidad de prepararse para orar

La oración es misterio del encuentro del hombre con Dios. La oración es experiencia de Dios, experiencia fundamental de su amor. La oración es obra del Espíritu. No tarea de la voluntad, ni del entendimiento, ni de los afectos, aunque intervengan en ella. La oración es por tanto, lo mejor que podemos hacer y ofrecer al Señor es disponernos a ese encuentro, a esa experiencia, a esa actuación del Espíritu.

Esta experiencia de la oración, bajo la acción del Espíritu, nos permite, en la purificación que irá creando, conocer cuál es la voluntad de Dios sobre nosotros. En esa lenta y progresiva transformación en Cristo que opera, iremos percibiendo la realidad más fundamental de la vida espiritual cristiana: conocer, para realizar la voluntad divina, a ejemplo de Jesucristo.¹⁰

Esto es una exigencia insustituible de la pedagogía de Dios y de nuestra libertad. Ninguna de estas realidades que conforman y expresan la esencia de la oración reemplaza la cooperación del hombre, el tiempo, la intensidad del esfuerzo.

Aquí se instala, pues, la preparación para la oración. Es capital ser plenamente conscientes de que sin nuestra colaboración, Dios se encontrará atado para realizar su obra en nosotros.

1 EE. I. Fiorito.

La preparación, pues, de la oración no sólo está totalmente justificada, sino que en la pedagogía ordinaria de Dios, es insustituible.

Tanto respecto de lo que se ha ido indicando anteriormente como en lo que ahora se dirá, los oyentes procurarán evitar la impresión de un sobrecargo de múltiples normas o excesivos detalles que parecen reñidos con la sencillez del trato con Dios.

No olvidemos que son medios para disponernos a orar como Dios se merece; a sacar un mayor fruto de la oración, a profundizar nuestra intimidad con el Señor, a superar las dificultades que, por múltiples vías, nos acosan.

En tanto valen en cuanto nos facilitan los objetivos que se pretenden. No son fines, sino medios que hemos de usar, sin esclavizarnos; medios, ordinariamente, en nuestra cooperación a la gracia indispensables.

De ordinario, a los comienzos de la vida de oración se imponen, en el criterio de los grandes maestros de vida espiritual, modos más exigentes que vayan ayudando a crear- hábitos de trato con el Señor. Más adelante, si uno es fiel y perseverante, suelen facilitarse, aun notablemente. La gracia puede actuar intensamente y dispensarnos, en parte, de un esfuerzo ante el que siempre hemos de tomar una actitud generosa.

Con todo, siempre será cierto que en toda vida espiritual, por tanto, también en la oración, es condición imprescindible, la discreta vigilancia sobre sí mismo, el estar a la escucha de la guía de Dios, y el consejo bienhechor de personas experimentadas: nos pueden ayudar aun en estos aspectos peculiares de una vida de oración que comienza, se desarrolla, profundiza y perfecciona.³

2. M. A., *Buscar y hallar la voluntad de Dios*, 35-39.

"Toda aventura espiritual comienza por su deseo y éste se traduce en la búsqueda". A esta luz, la preparación para la oración toma una importancia particular. Se trata de crear en nuestro interior, bajo la acción del Espíritu Santo, este deseo que desemboca en la búsqueda de aquello que se anhela: orar, ponerse en comunicación con Dios; desear a Dios mismo y buscarlo con ansia sosegada.

Por eso, sin este deseo de orar, la oración se hace pesada, insípida.

No sin razón, pues, prepararse para orar es un requisito que, fuera de excepciones inducidas por el Señor, se hace indispensable. Y más de una vez, nos jugamos la oración en ella.³

"En la oración, el Espíritu de Dios nos conduce hacia el conocimiento de nuestra más profunda verdad interior, y nos revela nuestra pertenencia al Cuerpo de Cristo que es la Iglesia. Y la Iglesia sabe que una de sus tareas fundamentales está en comunicar al mundo su experiencia de oración: comunicarla al hombre sencillo igual que al docto, al hombre reflexivo igual que al que se siente avasallado por el activismo. La Iglesia vive, en la plegaria, su vocación de convertirse en guía de cada una de las personas humanas que, ante el misterio de Dios, se dan cuenta de que están necesitadas de apoyo, descubriéndose pobres y humildes, pero también sinceramente fascinadas por el deseo de encontrarse con Dios para, hablar con Él".⁴

2. **Un acontecimiento sorprendente:**

A. El hecho

(Ex 3,1-6). Nos hallamos en el admirable pasaje de la vocación de Moisés. En ella tiene un papel trascendental y viene a ser el punto de partida de cuanto sigue, la teofanía o aparición de Dios a Moisés.

3. J. Laplace, *De la lumière à l'amour*, Desclée de Brouwer, Paris, 1984, 87.

4. Juan Pablo II.

Se da en él una experiencia profunda de Dios que le deja marcado por toda su vida.

Nos detenemos, brevemente, a analizarlo, aunque el punto de insistencia sea la preparación que, por mandato de Dios, hace Moisés para ese encuentro decisivo.

Moisés pastorea el rebaño de su suegro Jetró. Vive en plena soledad, bajo el sol ardiente y viento cegador del desierto. Es pastor, es decir, encarna la figura tan entrañable en el mundo bíblico.

Moisés conduce su rebaño al monte Horeb a (la montaña de Dios), la montaña del Sinaí en el marco histórico del libro del Exodo.

Quizá se llamaba: el monte de Dios refiriéndose a la próxima aparición de Dios a Moisés o porque había sido anteriormente un lugar de culto.

El ángel del Señor: es cualquier aparición o manifestación divina. Suele usarse el término cuando se trata de una aparición visual. El ángel de Yahvé es el mismo Dios en la forma en que aparece a los hombres. O el Señor, en cuanto se manifiesta a los hombres.

"Se le apareció en una llamarada entre las zarzas. Moisés se fijó: la zarza ardía sin consumirse⁷".

La Biblia ecuménica francesa TOB interpreta del modo siguiente el episodio: "Esta escena, en la que Moisés descubre el carácter sagrado del lugar, evoca la de Génesis 28, 11-22; en ella Jacob tiene la misma experiencia en el santuario de Bethel. El fenómeno misterioso. Un fenómeno que arde sin consumirse, ha sido en la vida de Moisés un acontecimiento decisivo, en el que ha encontrado al Dios de los Patriarcas (v. 6) y su proyecto sobre los hombres (v. 7-10). En la bendición del Deuteronomio 33,16, el Señor es llamado: *"Aquel que habita en la Zarza"*. El encuentro de Dios es vivido a la vez como un riesgo tremendo, en el que el hombre frágil y pecador se

quiere proteger y como un acontecimiento de gracia que llama a una vida nueva (Cf. Gen 28, 17; 32, 3; Ex 19, 21; 33,20). El mismo error sacude a los testigos de la gloria de Jesús, manifestada por sus milagros, su transfiguración, o su resurrección.(Cf. Mt 17, 6; Lc 5, 8-9).⁵

"Voy a acercarme...". Moisés, de momento, reacciona con actitud crítica y curiosa, sin reverencia religiosa. El fenómeno es para él un hecho extraordinario, excitante, pero la palabra de Dios va a hacerle cambiar de actitud.

"Moisés, Moisés... no te acerques, quítate las sandalias de los pies, pues el sitio que pisas es sagrado". Traducido a un lenguaje llano y popular equivaldría a decir: Tus sandalias, manchadas con el polvo de los caminos contaminan este lugar sagrado; lo has de tocar directamente con tus pies, sin aproximarte demasiado. Esto podrás hacerlo más tarde cuando Dios te haya "elegido".⁶

El acontecimiento en esta última fase representa para Moisés un momento decisivo en su vida: Él ha visto a Dios, aunque oculto en teofanía. Ha tenido una experiencia excepcional de Dios.

B. La aplicación

Podríamos sintetizarla en tres aspectos: el mandato del señor, la obediencia de Moisés, la revelación de sí que le hace Dios.

El mandato del Señor: Él desea vivamente darle a Moisés una experiencia profunda de sí mismo, como preparación a la misión que le confiará. En su bondad gratuita lo ha elegido para ser su instrumento de salvación cerca de los israelitas esclavizados.

j. Traducción ecuménica de la Biblia, (TOB), 1975, Ex. 3, 2-6. W, X

i. LM. Alonso Schoekel. Pentateuco, Edic. Cristiandad, Madrid, 1970, 232- 233; TOB, notas indicadas más arriba; Biblia de Jerusalén, notas a Ex. 3,1, 2-

Se ha compadecido y anhela socorrerlos por medio de Moisés. Pero antes le hace pasar por la experiencia de Él, Dios salvador y compasivo. Quiere unirlo a Él, hacerlo su amigo, introducirlo en una intimidad a la que Moisés nunca ha llegado. Pero Dios tiene una pedagogía: quiere que el hombre sepa situarlo en su puesto de Dios, a la vez, cerca infinitamente, y trascendente en igual grado. Quiere el respeto, el acatamiento del hombre en su trato por más confiado y filial que sea. Moisés no está preparado para ello y Dios le reclama esta preparación. En forma figurada nos la expresa el autor sagrado.

Esta debe tocar todo su ser: cuerpo, alma y espíritu. De este modo Moisés se podrá acercar a experimentar a Dios íntima y profundamente. Así comenzará a anudarse entre ambos una amistad que ya no va a deshacerse nunca. Él, Moisés, va a quedar marcado definitivamente por vida con esta experiencia que le llevará a ser el instrumento que Dios se había escogido.

La obediencia de Moisés: Este obedece: se descalza, se quita las sandalias manchadas y pisa directamente la tierra sagrada con sus pies. Ya no se interpone suciedad alguna. Moisés, en su cuerpo y en su espíritu, está apto para entrar en comunicación con Dios.

Es un profundo misterio el que se le descubre en ese modo metafórico de hablar: "quítate tus sandalias". Prepárate porque vas a acercarte al Santo de los santos, al omnipotente, al creador...

Y Moisés se desnuda de todo él: se quita las sandalias, se purifica, se limpia porque se siente pecador, curioso, crítico, sin el debido respeto y compostura ante quien se inclinan los cielos y la tierra. Ha comprendido el por qué del mandato. Y anheló despojarse de sí, prepararse lo mejor que pueda para que Dios no encuentre obstáculos para comunicársele como amigo. Ahora sí se le prodiga al verle responsable ante la presencia divina. Dios, por más que se abaje a comunicarse con el hombre, es Dios; y el hombre, por más que sea elevado al trato del Ser Supremo, siempre será el que todo lo recibe, el que es admitido gratuitamente al trato más íntimo con Él.

Pero tiene que disponerse, prepararse, no porque de este modo obligue al Señor a darle su experiencia, sino porque el trato con Él, lo reclama necesariamente. Nada se le quita a la condición filial del hombre ni a su confianza total con el Señor.

Dios se le revela: Ahora Dios es generoso hasta lo sumo; le introduce en la experiencia profunda de quien es Él y le hace partícipe de su propio secreto: el secreto de su mayor intimidad: decirle el nombre que equivale a manifestarle cuanto es. Para llegar hasta aquí ha sido preciso disponerse, prepararse, porque el trato con Dios en la oración es tan impresionante e inimaginable que necesita una aptitud del cuerpo y del espíritu.

La preparación que proponemos para entrar en la oración consideramos importante y, hasta necesaria, ateniéndonos a la pedagogía de la comunicación de Dios con nosotros y a la discreta actuación y respuesta de nuestra parte. Sin embargo, no cuanto se propone aquí será siempre necesario. Se mencionan a aquellos aspectos que la experiencia y la enseñanza de los grandes maestros de espiritualidad dan ser más importantes.

Sin estar atentos siempre a todos y a cada uno de ellos, sí es preciso tener la persuasión de que necesitamos prepararnos para orar y de que, muchas veces, el éxito de la oración estará muy unido a nuestra diligencia en disponernos. De entre los modos que se proponen no hemos de descuidar nunca el crear un clima interior que favorezca la concentración pacificante; el acto de ponerse en la presencia de Dios y ofrecerle, como una consecuencia de nuestro ser creado por Dios y de nuestra realidad de ser sus hijos, la oración que vamos a hacer con todas sus incidencias, y la invocación al Espíritu Santo, maestro de oración bajo cuya guía se halla toda oración verdaderamente cristiana tiene una importancia especial.

Insistimos brevemente sobre el tema:

La preparación para la oración, tal como a continuación se propone, puede hacerse prolija y aun excesiva, de modo que supondría un tiempo largo de oración. Ciertamente, en la mente de San Ignacio, al que especialmente tenemos presente en sus Ejercicios espirituales, supone una hora completa de oración, parte de la cual se emplea en una preparación cuidadosa. Con ello, no se pretende suplantar la

acción del Espíritu: al contrario, se trata de ayudarlo en la obra que quiere realizar en nosotros, a la que desea asociarnos a través de la cooperación que debemos dar libremente.

Los diversos pasos que se proponen están "visualizados" especialmente, desde la persona que comienza a orar. Sin abrumarla, dese los primeros pasos, sí se le deben proponer gradualmente y enseñarle a practicarlos. La trascendencia de cada uno de ellos es grande y, no pocas veces, el éxito o el fracaso de la oración dependerá, en una buena parte, del cuidado o descuido en observarlos con espíritu de fe. Desde luego, no siempre se requerirán todos y, generalmente, a medida que el alma avanza y se afirma en la oración, estos primeros pasos, sin omitirse, se van simplificando y aun, más de una vez, se convertirán en materia de oración, porque allí mismo encontrará que el Señor se ha hecho presente al alma.

Se ha de evitar el capricho, la pereza... para sentirse con derecho a omitir lo que la experiencia universal demuestra ser muy útil para introducir a la oración. Pero tampoco se le ha de dar un valor mágico como si del simple hecho de cumplir con ellos, ya estuviera asegurada aquella. La mente ignaciana en los modos de orar que propone, va hacia una mayor simplificación, a medida que se avanza en ellos. Lo mismo se puede decir de la preparación: sin omitirla, porque sería peligroso y aun funesto en orden a una comunicación profunda con el Señor, es lo ordinario, que la diversidad de los modos que se indican, desembocan en una concentración intensa, interior, apacible. También aquí la dirección de una mano experta, nos libraré de desvíos y nos irá ayudando a situarnos equilibradamente allí donde la guía del Espíritu nos orienta.⁷

Indudablemente existe en el hombre una contradicción que, por darse habitualmente en él, ya no repara en ella. Por una parte el hombre sabe que necesita de Dios, que ha sido marcado por él desde su existencia y que, en realidad, lo busca con afán en el fondo de sí mismo, aunque a veces esa búsqueda se desorienta y corra tras sustitutivos o suplencias. Por otra parte, el hombre esquiva a Dios, se resiste a entrar en relación con él y aun le huye. ¿Cuáles son los motivos de esta real contradicción?

Ciertamente son diversos y todos pueden influir, simultánea o separadamente.

Uno de ellos, de los más poderosos y actuantes, es el hecho de que Dios no es percibido con la misma viveza con que percibimos a los hombres y las cosas que nos rodean.

Son una realidad presente que se nos impone, obra y actúa sobre nosotros, aunque no caigamos siempre en la cuenta de ello. Los captamos por nuestros sentidos y facultades y, casi instintivamente, respondemos a su influjo sobre nosotros. De esta forma comienza a establecerse y se continúa un diálogo, una relación de intimidad entre nosotros y lo que nos rodea.

No sucede así ordinariamente con Dios. Por más que él se halle presente con una presencia mucho más real, intensa, influyente que cualquier otra realidad creada, pero su presencia no es percibida por nosotros con la inmediatez y aun intensidad con que percibimos las realidades humanas. Dios está presente en todo y "oculto" a la vez.

7. Cfr. G. Dumeige, Los Ejercicios de San Ignacio a la luz del Vaticano II, 488- 489.

Nuestros ojos, aptos para percibir a Dios, no son nuestros sentidos exteriores o internos; son los ojos de la fe, y la experiencia de su estar presente es captada por el corazón que lo ama porque muy frecuentemente, y por causas diversas, el ojo de la fe se halla oscurecido y el corazón amante se encuentra atrofiado. Se nos hace difícil y aun imposible entonces percibirlo y experimentarlo. Entonces, si realmente apreciamos lo que significa para el hombre comunicarse con su Dios, con su creador y padre, la relación por la oración ha de ser en la "creyente" fidelidad, aun dentro de la oscuridad que lo envuelve.

"Todo esto es muy penoso. Es un gran misterio que el hombre viva totalmente en Dios y que, sin embargo, le sea tan dificultoso entrar en viva relación con él el incluso experimente una cierta animosidad contra esta relación y acepte cualquier disculpa, para esquivar a Dios. Si el hombre se deja llevar solamente por sus sentimientos pronto dejará de experimentar la necesidad de la oración (...) Toda persona razonable diría que estas "impresiones" no son por sí mismas dignas de confianza. (...) Tomamos en serio la oración, sí nos preparamos adecuadamente para ella. Lo mismo hacemos respecto de los asuntos humanos. Quien se propone realizar un trabajo serio, no se entrega a él sin premeditación, sino que se "recoge", para prepararse a las exigencias de tal trabajo(...). Todo esto debe aplicarse a la oración, con mayor insistencia aún, porque Dios, está escondido y debe ser buscado. (...) El estrato del espíritu queda generalmente soterrado en la vida cotidiana, o a lo sumo, ilumina tenuemente al hombre, el cual vive generalmente en el ámbito mundano de la existencia y desde energías exclusivamente humanas. Por lo tanto, si queremos que la oración brote en su significado y amplitud debida, tenemos que destacar y afirmar la dimensión del espíritu orientada hacia lo santo.

De ahí la necesidad de la preparación para la oración. Puede decirse que la oración será como lo haya sido la preparación...".⁸

3. La materia de la oración: (Algunos autores designan esta parte "preparación remota"):

A. La elección de la materia

Y sobre la materia de la meditación ¿qué?: Todo lo que nos une con Dios puede ser objeto de consideración y de diálogo con El: sucesos, personas, situaciones, problemas, sufrimientos, gozos, etc. Las vidas de los santos, diarios espirituales de personas unidas al Señor que han dejado sus experiencias escritas como testimonio del paso del Señor por sus vidas; oraciones; libros redactados, precisamente, como auxiliares de la meditación, etc.

Pero la materia de la meditación será, de ordinario, la que Dios nos ha dado con esta finalidad: la Sagrada Escritura. "Es la expresión del testimonio que Dios da de sí mismo, el documento de su trato con los hombres". Su riqueza hace que sea inagotable; el hecho de que proceda de Dios y, por tanto, no esté sujeta ni a tiempos ni a espacios, le confiere la virtualidad única de que renga en sí misma la fuerza de tocar al hombre para iluminarlo, moverlo, fortalecerlo, cambiarlo en lo íntimo de sí...; le da el valor singular de ser una perenne actualización del plan salvífico de Dios para cada uno de los que se acercan a meditarla y de que se acomode a todas las circunstancias y situaciones.

Dios se acerca a nosotros en su palabra para hablarnos en nuestro interior, deposita su palabra en el corazón como una semilla; escrita, se convierte, sin embargo, en palabra *interior*. Al hombre le toca creer en ella, acogerla, realizarla.

8. R. Guardini, Introducción a la vida de oración, 24-26

Las palabras de la Sagrada Escritura son tan sólo signos indicadores que apuntan a realidades muy profundas y misteriosas. Toda la acción salvadora de Dios y su voluntad santa, en el pasado, en el presente y en el futuro, aparecen compendiadas en las palabras de la Biblia. Dios nos habla por ellas de modos diversos: unas veces con suavidad y ternura; otras, con fuerza como desde el trueno para despertarnos; frecuentemente insinúa discretamente su intención; no raras veces nos la manifiesta con un relieve tan marcado, que nos deslumhra. Hay en ella mensajes que parecen más ligeros, pero importantes por tener su emisario en Dios mismo; otros tienen un peso especial que penetran y se asientan y graban en el corazón.

Unos nos encierran en el amor de Dios, otros nos estimulan a entregarnos con todo nuestro ser al servicio de los hermanos. Lo que a unos parece no tocarles la piel, a otros los sacude íntimamente. Lo que en unas circunstancias nos deja impasibles, en otras nos hiere, envuelve y arrebatata. Estamos en el mundo de la palabra de Dios considerada bajo la gracia del Espíritu. Por eso, ella debe ser la fuente inexhausta de nuestras consideraciones y comunicación con el Señor. El Espíritu Santo es quien da paso y valor a una palabra: es luz interior de la fe, inspiración para el entendimiento, moción para la voluntad. Esta palabra que puede comenzar a crecer en nuestro interior, está destinada a madurar, dar fruto abundante.

Si sentimos estas inspiraciones, mociones, iluminaciones de la palabra de Dios, actuada por el Espíritu, debemos hacer un alto en el camino.

Podemos utilizar de modos diversos la palabra de Dios: tomando un libro sagrado y recorriéndolo; escogiendo perícopas cortas acomodadas a nuestras situaciones; acudiendo preferentemente a pasajes que, por experiencia, sabemos nos tocan profundamente; usando algún texto de la lectura continua en el año litúrgico... Siempre será bueno tener en cuenta nuestra situación en la oración. Aconsejar aquí lo mismo a un principiante que a otro que camina adelante en la oración, sería improcedente.⁹ⁿ¹⁰

La materia de la meditación, ordinariamente, debe ser tal que Cristo sea en ella el centro. La meditación, si no exclusivamente, debe versar sobre Cristo, su persona, su doctrina, su vida, sus hechos salvíficos. Hacemos nuestro el pensamiento de J. B. Lotz, resumido:

Lo más aconsejable respecto de la elección de la materia para la oración, parece ser elegirla de modo que se evite la uniformidad que puede llegar a originar monotonía y el capricho o la inspiración del momento.

Partiendo de este principio, aconsejado por muchos maestros de vida espiritual, cabría encarnarlo en dos elecciones fundamentales.

La primera correspondería al seguimiento del año litúrgico: En él, la Iglesia, oficialmente, como esposa de Cristo, propone a la meditación y contemplación de sus hijos los misterios fundamentales del Señor. Estos deben servir de alimento ordinario del alma, de materia habitual de oración. No importa que cada año se repitan. La palabra de Dios, la acción del Espíritu en nosotros siempre es una novedad. Si nos disponemos a orar y cooperar con cuanto somos a su inspiración, él nos irá guiando hacia una nueva profundidad de conocimiento y de "gustar espiritualmente", al Señor. Serán, por tanto, una oportunidad maravillosa para irlos asimilando interiormente y para irnos transformando en aquello que meditamos, rumiamos y gustamos en nuestro interior: en Cristo Jesús.

9. Th. H. Green, Opening to God 84-87.

10. Cfr. W A. Barry, WJ. Connolly, The Practice of Spiritual Direction 21-22.

Entendemos que esta elección debe tener suficiente flexibilidad para tomar otros si fuera conveniente.

La segunda elección será una elección libre que podría correr a lo largo del "tiempo durante el año" en la literatura de la Iglesia. Aquí tendrán también cabida los textos. Cabría meditar aquellos textos que por experiencias pasadas, sabemos que nos tocan más hondamente; los que se adaptan mejor a una situación especial interior por la que estamos atravesando: desolación, aridez soledad, pruebas particulares, enfermedad, pérdida de un ser querido; gozo en Jesús, opción de un compromiso, ineficacia aparente en nuestro ministerio, situación familiar, ... Cabría también volver sobre aquellos en los que hemos sentido dificultad, desolación, hastío, indiferencia... No se excluye la acción del mal espíritu que pretende privarnos del beneficio de Dios. Volver a meditarlos podría ser una nueva oportunidad que le damos al Espíritu para que realice ahora un nosotros lo que fue, en los designios de Dios, obstaculizado por satanáas.¹¹

El hecho de que la materia preferente de nuestra oración sean los Evangelios, no excluye otras fuentes.

B. La preparación de la materia

En cuanto a la preparación de la materia para la oración, consignamos la opinión de un verdadero especialista, avalada por la doctrina de los grandes maestros de la vida espiritual y de la costumbre de los institutos religiosos, "Decisivo, en todo caso, es lo siguiente: es preciso haber preparado de antemano la meditación. No se puede empezar a leer o a rebuscar en el preciso momento en que se quiere meditar. Es necesario haberlo hecho antes. ¿Por qué? Porque, de ordinario, se pierde el tiempo más valioso. Cuando llega el tiempo de la meditación conviene estar en condiciones de ir sin obstáculos a lo que se [uiere meditar".¹²

11. Cfr. E. Walter, *La Meditación*, Herder, 1970-74; Cfr. J. B. Lotz, *El Mensajero del Corazón de Jesús*, Buenos Aires, 1985.

Si no se hubiera preparado la materia de la oración con anterioridad, es muy conveniente leerla cuidadosamente antes de entrar en la oración.

Proponemos el modo siguiente

Leerla una primera vez. Es un primer contacto con la palabra de Dios.

Volverla a leer lentamente, concentrándose en ella; leerla **in** la presencia amorosa de Dios, con gran reverencia para con la palabra misma y para con el Señor cuya palabra es y en cuya presencia estoy.

Recordamos aquí algo importante:

Preparamos la materia de nuestra oración, para no ir "a lo que se me ocurra de momento". Pero no nos empeñamos en "atamos" a ella, si en el curso de la oración, al margen de todo de todo capricho, nos sintiéramos movidos por el Señor a "cariarla o halláramos lo que buscamos", en frase ignaciana, en un punto aun diverso.

Lo que aquí decimos especialmente válido para los "principiantes".¹³

4. La "preparación inmediata"

Crear un ambiente de "silencio interior pacificado"

Este ambiente de "silencio interior", tomado en sentido amplio, consideramos que se crea por diversos elementos complementarios entre sí:

a) *Por un pacificante "relajamiento físico"*. De ellos se habló en instrucciones precedentes a las que remitimos.

12. Cfr. W A. Barry and W J. Connolly, o. c, 48 ss.

13. E. Walter, o.c.,74.

b) *Por una "ruptura con la ocupación anterior"* Indicamos algunas razones que avalan este modo de proceder. Consideramos ser tan importante, que muchas veces, nuestra oración se desarrolla tibia y lánguida por no haber tenido en cuenta esta exigencia fundamental. La misma sequedad y desolación puede ser provocada por la falta de generosidad para con Dios en este aspecto importante.

Dios que ha creado nuestra psicología la respeta cuidadosamente, aunque esté en sus manos sobrepasarla. Y ella reclama un tiempo, que no puede medirse rigurosamente, para pasar de un estado de conciencia a otro: de hallarse envuelto en una ocupación absorbente, como puede ser el estudio de las matemáticas, el ruido y estrépito de un juego apasionado,...., a la quietud y sosiego interior que reclama la comunicación íntima con Dios.

El respeto debido a la Majestad, al Señorío y al amor de Dios, piden por sí mismos, dedicarle todo el ser, ocupado plena y exclusivamente en El. Todo es secundario a su lado. Todo durante la oración, debe quedar fuera del santuario en el que nos comunicamos con nuestro Dios, Señor y Padre nuestro. Desde luego, cuando llevamos a la oración lo que nos afecta, nuestras propias preocupaciones; cuando van nuestros hermanos con nosotros, estamos dentro de una verdadera comunicación con Dios. No hemos de tener reparos en ello. Pero sí velar discretamente para que no nos acaparen de tal modo que lleguemos a olvidarnos de que Dios está en primer e insustituible lugar; ni se conviertan en un campo abierto a las distracciones por el juego de la imaginación y de la memoria.

La misma interacción de los diversos niveles humanos pide este cuidado de "ruptura": Con un cuerpo cansado, difícilmente podremos concentrarnos para comunicarnos con el Señor. Será preciso, pues, descansar antes convenientemente. Lo que se dice de este aspecto corporal, se puede multiplicar respecto de otros.¹⁴

En esta exigencia tenemos el ejemplo admirable de Jesucristo, de los Santos; de las personas de todos los tiempos que han tratado de comunicarse con Dios en una gran intimidad, en la que tomaba parte todo su ser. (Ex 3, 1ss; Mt 6, 6; Mc 1- 35; Lc 4, 42)

Naturalmente, esta exigencia no siempre podrá ser llenada, pero entonces podremos contar con la suplencia del Señor, no cuando por pereza, por falta de apreciación de la cooperación y esfuerzo del hombre, nos contentamos con lo más fácil. Recordemos que el silencio, fundamentalmente es *"la ausencia del ego"*. Y a esto deben disponer las demás ayudas.

Ni se trata, entonces, de lo que se llama la "vida de oración" u "oración de la vida". Esta se desarrolla en un ambiente de ocupaciones y trabajo ordinario. Y más que en una oración formal, consiste en la orientación del corazón hacia Dios que se expresa, en algunos momentos, con oraciones jaculatorias, aspiraciones, etc., dentro de breves paradas o detenciones en la ocupación ordinaria.

Pero a este modo de orar no se llega, al menos de una manera estable, si no ha precedido una etapa, quizá bastante larga, de oración recogida, intensa, de entrega total al Señor. No hay autor de vida espiritual que difiera.¹⁵ Por la pacificación de la afectividad: Es, opinamos, la dificultad mayor con que podemos tropezar antes de entrar en oración y aun dentro de ella. Los sentidos son una respuesta "cálida" a un conocimiento: que nos viene por los sentidos, inmediatamente; por la imaginación por el recuerdo, por el entendimiento.

14. Cfr. Th. H. Green, o.c., 88-89.

15. A. de Mello, Sadhana, Sal Terrae, Santander, 1979, 13-63; H. Maloney, Inwarded Stillness, Denvüle, N. Y., 1975, 51-54.

Los sentimientos son reacciones espontáneas, respuestas frente al conocimiento de un bien o de un mal que nos afecta, de algún modo. Si somos pisados, maltratados, nos airamos; si se nos da una buena noticia, nos alegramos; si nos desprecian, nos entristecemos...

Los sentimientos están a flor de todo nuestro ser. Cada conocimiento lleva consigo una reacción afectiva más o menos intensa que depende, sobre todo, del estímulo. Por eso, tenemos necesidad de acallar los sentimientos que probablemente nos perturbarán en la oración. El tiempo inmediato a ella, el corte que damos para prepararnos, en la ocupación anterior, ordena pacífica el mundo de nuestros afectos. Si nos resulta difícil esta misión, por la intensidad de las emociones suscitadas, echemos mano de tantos recursos sencillos, pero eficaces: el canto reposado, la alabanza llena de paz, al Señor, la música pacifican, la repetición rítmica de una frase de la Escritura que nos toca interiormente, otros discretos recursos que proponen libros de toda garantía, nos pueden ayudar eficazmente a pacificar nuestros afectos.

En el trato con Dios, a lo largo de esa comunicación íntima brotarán afectos, emociones profundas. La iluminación del Espíritu Santo, nuestra misma acción, realizada bajo su guía y su fuerza, suscitará la respuesta de nuestra afectividad. La experiencia de Dios va siempre teñida, de afectos, sobre todo del amor.

Para llegar aquí, normalmente, en la pedagogía ordinaria de Dios, increíblemente respetuoso de la psicología que nos dio, será necesario vivir en paz y armonía con nuestros propios afectos.

No se trata de suprimir ese nivel que forma parte de la esencia de nuestra personalidad. Ni sería aconsejable; no es posible. Es otra tarea: Ordenar el mundo de las emociones, acallar aquellas que ahora nos van a perjudicar, a obstaculizar nuestro trato con el Señor. Y el recurso, no será nunca reprimirlas, sino "mortificarlas" en la expresión de no pocos psicólogos modernos, es decir, tomar control sobre ellas por la acción discreta del entendimiento y de la voluntad. Esa es la dinámica de las emociones: ser regidas por las dos facultades superiores; entendimiento y voluntad; no verse quitadas de en medio por la represión ejercida a través de las emociones represoras: temor, coraje (o energía).

El lugar de la oración es el "corazón" en sentido bíblico: allí donde el hombre se da todo entero a Dios. Por eso es preciso prepararse, disponerse para que el "sentir" y "gustar" las cosas de Dios, se realice intensamente en ese recóndito santuario. Aquí estriba la importancia de la pacificación de la afectividad.¹⁶

Pudiera también formularse de este modo, "por la posesión de la unidad interior".

A medida que avanza la cultura de la "imagen" parece que el hombre tiene una mayor dificultad para concentrarse. Siente en sí un desasosiego que le impide fijarse en un punto o profundizar en algo, sobre todo cuando se trata de realidades sobrenaturales. El interior de la persona moderna se halla dominado, frecuentemente, por una especie de vagabundeo mental e imaginativo. Hay en él un flujo de pensamientos, deseos, imaginaciones... que le trae y le lleva de acá para allá, lo arrastra, lo zarandea, lo vuelve inquieto y movedido como las arenas en mar agitado. No parece haber en él un "núcleo vital" del que partan y al que converjan todas las actividades internas. De otro modo, el hombre moderno está dominado por la dispersión de la mente, de la imaginación y de la afectividad. Hay en él un fluir desordenado, anárquico que va del pensamiento al deseo, de éste a la actividad imaginativa, de aquí vuelve al deseo o al pensamiento...

16. J. Laplace, Une experience de la vie dans l'Esprit, Chalet, Lyon, 1973, 19-21; J. Iparraguirre, Vocabulario de Ejercicios Espirituales, Centrum ignatium Spiritualitatis, Roma, 1972, 8-11.

Y la fuerza de la voluntad del hombre parece encontrarse impotente para dominar esta situación e imponer el orden y la armonía.

Es necesario para poder orar alcanzar al menos cierto grado de "unidad interior".

El "recogimiento" palabra clásica en el campo de la oración es ciertamente fundamental.

El recogimiento significa "poner orden" interno en este fluir desordenado; centrarse en aquello que ahora solamente debe importarle.

Por eso, este orden de la mente y de la imaginación (de la afectividad ya se habló), impone un desasir la voluntad de todo lo que impide la comunicación con Dios. No es tarea fácil ni se conseguirá con sólo quererlo. En otra parte se proponen medios y ejercicios para ello.

Ahora indicamos, de un modo general, lo que pensamos puede ayudar en esta difícil tarea de la "unificación interior".

El orante debe evitar el "vagabundeo" mental e imaginativo. Su voluntad juega aquí un papel importante, hasta decisivo. La voluntad puede y debe desasirse a sí misma, a³udada de la gracia, de cuanto impide esta concentración; "Ahora no tengo otra cosa que hacer sino orar". Es una decisión seria que toma en plena sinceridad. "El hombre es un ser ladino, y la astucia y disimulo de su corazón se muestran sobre todo en la esfera religiosa. Cuando comienza a orar le apremia al instante algo-provocado por su inquietud interna que "debe" ser inmediatamene ejecutado.

Un trabajo, una conversación, un encargo, una comprobación, un periódico, un libro, se le antojan más importantes que la oración, y ésta le parece como una pérdida de tiempo. Sin embargo, tan pronto como deja la oración, tiene en superabundancia el tiempo, que antes se le antojaba tan escaso y lo malgasta en las cosas más superfluas. Recogerse significa superar este engaño del desasosiego interior y asentarse íternamente, librarse de todo lo que no tiene que ver con la ración y ponerse a disposición de Aquel que, este momento, es únicamente importante, esto es, Dios".¹⁷⁻¹⁸

Hay en nosotros una fuerte tendencia a evadirnos de Él, a umergirnos interiormente en nosotros: pensamientos, imaginaciones... La "presencia", el "hacerse presente", a la escena, a los hechos, a Jesús, centro de nuestra oración, se ve

7. C. W. Baars, *Feeling and Healing your Emotions*, Logos International, 'lainfiel^N. J., 1977.

8. R. Guardini, *Introducción a la vida de oración*. 27-28.

Cuanto hemos dicho sobre la preparación de un ambiente interno propicio a la oración, se puede resumir en la siguiente cita de J. Loew: "¡No te acerques! Quitate las sandalias de los pies, pues el lugar en que estás es tierra santa" (Ex 3, 5). Es decir, deja fuera tus miserias y tus impurezas. La oración debe ir precedida de un tiempo de decantación. Cuando el agua ha estado revuelta, poco a poco, si se lo deja en reposo, se va poniendo límpida, las impurezas y el cielo se posan en el fondo. Hay que llevar a la oración, que es un don de Dios, el corazón limpio y apaciguado. Por eso se necesita tiempo para orar; el tiempo de poder apaciguarse. Sabemos muy bien que hay días y momentos en que sólo al cabo de media hora empezamos a serenarnos. La primera media hora nos domina la agitación interior, por mucho que haga nuestra buena voluntad. Por eso también, tres veces un cuarto de hora, no serán nunca tres cuartos de hora seguidos, porque apenas da tiempo para serenarse. Quizá un cartujo, cuando vuelve a su oración interrumpida, en seguida se sitúa en ella. Quizá. Pero sea cual fuere nuestra forma de vida, el corazón humano, por naturaleza, no está nunca totalmente sereno. El cardenal Mercier decía: "Os voy a revelar un secreto de santidad y de felicidad: todos los días durante algunos momentos, acallad la imaginación, cerrad los ojos a las cosas sensibles y los oídos al ruido para entrar en vosotros mismos "quita las sandalias de tus pies" y ahí, en el santuario del alma, que es el templo del Espíritu, hablad a ese Espíritu".

Cuando Jesús hable de la oración dirá sólo esto: "Perseverad". Nunca dijo: "Que vuestra oración sea agradable, serena o de tal manera", sino sólo "perseverad". Si hay una continuidad, se llega a la decantación.

asediada por elementos que nos "distraen" de Él. Indican que estamos bajo un fuerte influjo de nuestros deseos inconscientes, que no es el Señor el valor supremo de nuestra vida, al menos prácticamente; que somos víctimas de hábito de dispersión... El recogimiento, o la "unificación interior" es tan importante, que debemos dar por bien empleado el tiempo que se requiere, aun tomado de la misma oración. En realidad cuando hagamos, quizá dirigidos por una persona experta, en cierto modo, nos introduce en la oración.

En cuanto hemos dicho, aunque está repetido, de modo diverso, no podemos olvidar que la oración auténtica **Cristiana**; debe desenvolverse, estar profundamente impregnada de la "*oración en nombre de Cristo*" y "*en la mediación de Cristo*". El es por su realidad divino-humana el que acompaña toda oración y el que ora en nosotros y con nosotros, por su Espíritu.

Por esto tiene también que servir de criterio irremplazable para medir la calidad y autenticidad de nuestra oración cristiana. Tema por demás interesante y esencial que solamente indicamos en este lugar.¹⁹

Por tanto, primera actitud que prepara la adoración: me desví para escuchar y me quito las sandalias para acercarme a Él. Dios mismo nos lo ha enseñado así: no nos acerquemos a Él impunemente ni de cualquier modo. La adoración de Moisés no es una adoración "salvaje". Entonces, el Dios invisible y presente, sin embargo, bajo la forma de una llama de fuego, se revela a Moisés: "Yo soy el Dios de tu padre, el Dios de Abraham, el Dios de Isaac, el Dios de Jacob" (Ex 3, 6).

J. Loew. *En la escuela de los grandes orantes*, Narcea, 1979, 48-49. Cfr. H. J. M. Nouwen, *Reaching Out*, Doubleday and Company, N. Y., 25-33. 19. Ch. A. Bernard, *La Priere Chretienne*, Desclée de Brouwer, París. 1967, 82- 88. Cfr. J. M. Nouwen. *Reaching out*, Doubleday and Company. N. Y. 25-33.

XIV CONDICIONANTES INMEDIATOS DE LA ORACIÓN

1. Suscitar el deseo de orar

No siempre lo tenemos. Unas veces se deberá a la desolación que nos agobia, otras a la pereza, otras a cierta rutina que insensible nos ha ido dominando... Cualquiera que sea la causa que esté en la raíz de la falta del deseo de orar, es importante, no pocas veces, decisivo, crear el deseo de orar; tener "apetito" espiritual de tratar con Dios. No siempre conseguiremos. Está en las manos del Señor concedérselo. Pero siempre será un modo de manifestarle nuestra cooperación a la gracia de la oración. Si El permite que nuestra desolación continúe, quedemos tranquilos, y oremos en fidelidad al Señor en esa situación dolorosa. Los frutos llegarán de otro modo, pero con seguridad.

Creemos que el descuido de un aspecto que está en nuestra mano ponerlo, con la gracia ordinaria de Dios, condiciona no poco la marcha de la oración y de sus frutos. Habrá ocasiones en las que ya, ciertamente, tengamos deseos y hambre de orar. Bendigamos a Dios por ello. El se ha adelantado a suscitarla. Pero, aun en este caso, nada impide el que elevemos nuestro corazón a El. en agradecimiento y en petición de que intensifique el deseo que ya hay en nosotros.

Los santos, tan cuidadosos de comunicarse con el Señor, íntimamente, no descuidaban esto: suscitar el deseo de orar. En sus enseñanzas nos ha dejado modos concretos de hacerlos: Unas veces, será la oración espontánea de nuestro corazón pidiendo esa gracia comenzando alabar y dar gracias al Señor. La experiencia enseña ser una manera muy eficaz de suscitar el deseo de orar. Otras veces será recitar algún salmo en el que, en todo o en parte, se expresa este anhelo de "ver el rostro de Dios", de entrar en comunicación con El; no pocas veces, será reflexionar, sobre el sentido, la gracia, la excelencia de comunicarnos con Dios y suplicar la merced de tener el deseo de unirnos a El por la oración.¹

No requiere una demora prolongada; casi siempre, dos o tres minutos, y aun menos, será suficiente, no se trata de acelerar el tiempo como para cumplir con un rito. Y más de una vez acontecerá que el mismo Dios nos salga al paso allí mismo. Entonces es hora de seguir la norma fundamental que se nos da a través de la experiencia de la sabiduría de los autores espirituales: detenerse ahí mientras hallamos alimento espiritual.²

El caso de Moisés nos sirve de ejemplo esclarecedor de lo que decimos: Moisés, en la experiencia profunda de Dios que tuvo en el desierto, quiere conocer con un conocimiento personal a Dios. En ese deseo ya él entra en la oración, al menos está en el umbral. Empieza a orar en ese momento de verdad. Siempre hemos de recordar para agradecerlo y responder, que Dios llama y entra en diálogo, el primero, Dios lo llama por su nombre, para iniciar con él su diálogo. Pero éste no existe hasta que Moisés lo desea; hasta que el hombre conscientemente quiere entrar en el diálogo a que Dios le llama. El siempre, por más que urge interiormente, respeta la voluntad del hombre en lo que tiene de más íntimo. No revela su nombre espontáneamente, sin más, de cualquier modo. Espera a que el hombre, al que ha lanzado la llamada para dialogar, lo desee conocer y lo quiera buscar.

1. San Ignacio de Loyola, Ejercicios espirituales, 74-75.

2. EE. 76

Entonces es cuando Dios le revela su nombre inefable: "Yo soy el que soy" (Ex 3, 14). Pero esta revelación de su nombre es la respuesta al deseo de Moisés.³⁻⁴

3.J. Loew, En la escuela de los grandes orantes, 50; Cfr. Th. H. Green, o. c., 15- 16.

4. Entrar en la oración como "absolutamente pobres":

El Cardenal Martini lo expresa en una página que nos parece sumamente inspirada:

"Creo muy importante, dice, comenzar a orar no solamente con un momento de silencio, de pausa, de respiración, sino con la clara conciencia de que no somos capaces de orar: "Señor, eres tú quien oras en mí. No se como comenzar, tu Espíritu me guiará".

Es necesario quitar del diálogo con Dios toda presunción, todo lo que creemos hemos aprendido y que poseemos. Tenemos que entrar en la oración como pobres, no como poseedores. Siempre que nos presentamos ante Dios, presentémonos como absolutamente pobres; creo que si no lo hacemos, sufre nuestra oración, se vuelve más pesada, llena de cosas que la distraen. Es necesario entrar ante Dios en estado de verdadera pobreza, de despojo de pretensiones: "Señor, no soy capaz de orar, y si tú permites que yo esté delante de ti en estado de aridez, de espera, pues bien, bendeciré esta espera, porque tú eres inmensamente grande para que yo pueda comprender. Tú eres el Inmenso, el Infinito, el Eterno, ¿cómo puedo yo hablar contigo? Este es el estado que sale de muchos salmos, modelos auténticos de oración, y que deben convertirse en interioridad.

Comencemos, pues, la oración con este ponernos a cero nosotros mismos y que se puede expresar de varias maneras: un momento de silencio, de adoración arrodillados... un momento de reverencia, de respeto exterior que manifiesta nuestro entrar en esta situación, conscientes de que no tenemos nada que llevar, sino todo por recibir.

Entro en diálogo en el que la palabra me enriquece, a mí que soy pobre. Entro, pues, como enfermo que tiene necesidad de médico, como un pecador que tiene necesidad de ser justificado, como un pobre que necesita ser enriquecido: "A los ricos los despidió vacíos, y despojó de los tronos a los poderosos", (incluso a los poderosos que creen saber orar o haber logrado esta capacidad).

2. Recogimiento y concentración

A. Consideraciones generales

El recogimiento es una condición esencial para hacer verdadera la oración. Sin orientación y fijación de las facultades superiores en el contexto que consideramos y en el diálogo con Dios, apenas se concibe una oración auténtica. Desde luego el recogimiento puede, de hecho tiene diversos grados. Pero siempre, para que haya una relación con el Señor por la oración, se requiere un "mínimum" de atención a la materia que meditamos o contemplamos y a la persona con la que nos relacionamos; sería una ficción de oración que obstaculizaría la buena marcha y el crecimiento en la vida espiritual.

Hablamos de recogimiento y de concentración, pero ¿son equivalentes? Desde luego, ambos están en estrecha relación entre sí; ambos se imponen al alma cuando se trata de hablar de oración.

Pero dentro de las semejanzas, no hay una equivalencia total: *La concretaación*, la misma palabra parece indicarlo, supone estar en tensión todas las fuerzas activas de la persona, centradas, puestas al servicio de la solución de un problema. En la práctica, en nuestra vida, sobretodo de estudiantes o profesionales, habremos sido actores directos. Se nos ha propuesto un problema para resolverlo; un trabajo que exige un gran cuidado al realizarlo, una obra literaria exquisita... Entramos en actividad y al poco tiempo vamos sumergiéndonos en ella, de modo que todo nuestro ser esté totalmente acaparado. Cada facultad, cada sentido entra en acción según su propia naturaleza. Pero toda la persona está comprometida en la obra. Está concentrada en ella. Todo lo que no sea ésto, responde a una concentración débil o, cuando se da ausencia de concentración, estamos en el campo de la "dispersión".

Nos colocamos siempre en la situación del ciego que suplica: "Señor, que yo vea", que yo pueda comprender, que pueda pronunciar las palabras que el Espíritu me sugiere". Card. C. Martini: *Itinerario de Oración*, 25-27.

El recogimiento, es semejante, no igual. Tratar de definirlo resulta embarazoso. No es posible determinarlo con precisión. Sin embargo, se pueden indicar algunas características que lo configuran.

El recogimiento, en su estrato más exterior, comienza por no atender a lo que sucede o me rodea.

Desprendidos de este mundo ambiental, podemos disponer más libremente de nuestras facultades: memoria, imaginación entendimiento, voluntad.

Las facultades de que, en realidad nos valgamos, dependerán de la finalidad que se pretenda. La imaginación, si se trata de representarme interiormente, por ejemplo, a Jesucristo en el sermón del monte; en oración durante la agonía de Getsemaní, etc.

El entendimiento si pretendo entrar en el sentido del misterio del nacimiento de Jesús "en suma pobreza"; de su abandono en la cruz... Desde luego, en todo esto no es suficiente el esfuerzo de nuestras facultades, lo primero y principal es la gracia del Espíritu con la que cooperamos.

Con el recogimiento se producen en nosotros estados de ánimo psíquicos y espirituales que dependen, en buena parte, de los requisitos anteriores. Así la admiración ante una obra de arte, ante un bello paisaje... O ante la meditación, la contemplación de Jesús perdonando a la mujer pecadora de Magdala; acariciando a los niños.

En el recogimiento seda, a la vez, la actividad y la pasividad. Cuando contemplamos una obra de arte, somos captados por la belleza que nos entra por los sentidos externos, por la vista sobre todo, y que percibimos y acogemos en nuestro interior.

Allí, en la actividad de nuestras facultades, a veces intensamente operantes, somos, a un mismo tiempo, receptores: se nos da, no producimos nosotros la belleza, se nos mete los sentidos al interior de nuestro ser. Pero allí, libremente, le damos entrada, abrimos nuestras facultades para recibirla, valorarla, disfrutar el gozo que nos produce la belleza de la obra.

En la meditación o contemplación de la verdad que descubrimos, el acontecimiento del Verbo hecho carne, el "gusto" que se produce en nuestro interior es algo con que Dios nos obsequia. Alcanzamos a Dios en sus verdades, en el disfrute espiritual de su grandeza, de su compasión, de su amor..., pero primeramente hemos sido alcanzados por El (Fil 3,12). Hay una prioridad en el actuar divino en nosotros, es la pasividad de que hablamos (1 Cor 8,2s.). Pero se da también en el recogimiento la actividad: somos receptores de la gracia, del don de Dios. Sin esa recepción libre del obsequio gratuito del Señor, su don quedaría estéril, no pasaría de ser un ofrecimiento generoso. Por eso es preciso, de nuestra parte, la actividad meditativa o contemplativa que se da cuando nos abrimos al don, lo acogemos, cooperamos con El dándole la actividad de nuestras facultades que reflexionan, contemplan..., bajo la acción de su gracia. Es unión no mezcla, de pasividad y de actividad. Predominará una sobre la otra, pero ambas se dan simultánea e inseparablemente.

En la concentración, somos fundamental y casi exclusivamente activos. La experiencia nos aporta, en este caso, datos que nos llevan a este convencimiento: La inmersión en un problema matemático; en la operación de cirugía; en una discusión filosófica... todo nuestro ser está tenso y vibrante, centrado en el objetivo y finalidad que se intenta conseguir.⁵

El recogimiento necesita una severa disciplina y un ejercicio laborioso; sin ellos será poco menos que imposible, llegar a ser persona recogida. También esta se aplica a la concentración, pero el objeto que se pretende o utilidad que reporta, la facilitan.

5. E. Walter, o. c., 96-108.

Toquemos el mismo tema desde un ángulo distinto, desde la visión contraria a la dispersión: *desde la unificación interior*: Todos los santos y maestros espirituales han insistido sobre este requisito esencial para orar. En la oración que nos transmite la Beata Isabel de la Trinidad se ve con una importancia y relieve muy particular.

Para ella la esencia de la oración está en la "intimidad con Dios en el centro del corazón." Llegar ahí requiere una actitud de profundo recogimiento y éste no es posible obtenerlo sin la unificación interior de todo nuestro ser.

Unificarlo significa que nuestros pensamientos, deseos, recuerdos, afectos... estén centrados en Dios. Es el silencio interior profundo el que nos hace capaces de entablar la comunicación con Dios como un "tú" real, personal, único para nosotros.

Se trata de un esfuerzo sosegado, en Dios, de ascesis y purificación. No podemos pretender acceder a una comunicación íntima con Dios, a una atendida unificación de nuestro ser sin aceptar el morir a todo apego voluntario a cuanto nos impide centrarnos en Dios. Es un esfuerzo pacificante, en plena entrega a la acción del Espíritu en nosotros a quien ayudamos en obra de unificación. Es, fundamentalmente, obra suya y cooperación nuestra para que seamos capaces de que Dios nos invada con su presencia.

La voluntad del hombre, movida por la gracia, se ocupará de conseguir o de restablecer la unidad total, del ser. El hombre unificado tiene en su poder sus propios sentidos, sus facultades. El cuerpo y el alma se hallan en paz y en silencio. Hay dos características particularmente importantes cuando se trata de la oración en la que el alma se dispone para ser invadida por el Señor: el movimiento de abandono y el de recogimiento. De ninguno de ellos se puede prescindir a la hora de entregarnos a orar. Ordenar, rehacer la unidad de sus facultades es indispensable para entrar en uno mismo, para descender a lo íntimo del ser propio donde la Trinidad ha puesto su morada más reservada. La unificación del ser vuelve nuestra atención hacia lo único. Ambas realidades: unidad del ser y vida en intimidad con Dios están unidas casi de modo inseparable.

Pero aquí hace acto de presencia la dificultad: Es una realidad que palpamos, vivimos y lamentamos a diario: la invasión de preocupaciones, deseos, sentimientos, afanes, situaciones internas que se suceden, contactos humanos de amistad, de tareas, etc., que dejan su huella en nosotros y se reviven a la hora de orar. Desde luego, la unificación interior no es un estado interior que se obtenga de un día para otro. Supone una ascesis, ordinariamente prolongada, en la que caben recursos diversos, pero siempre bajo el control y la acción del Espíritu. Tratamos de prepararnos para entrar en comunicación íntima con Dios, y la oración es obra insustituible del Espíritu. Esta unificación de todo el ser puede conseguirse en medio de la dispersión de la vida cotidiana. Pero hay medios requeridos con una exigencia imprescindible: el recogimiento interior es, lo dijimos, uno de ellos: "No se trata de retirarse al fondo de una celda (...). Se trata de una actitud profunda en la que el corazón del hombre sólo descansa en Dios, ya que los ruidos exteriores e interiores de la sensibilidad y del juicio no consiguen arrancar al hombre esta unidad de su ser en Dios".⁶

Para esto se requiere una gran pureza de intención en el actuar. No se trata de una separación superficial de las cosas externas. Es la soledad del espíritu, el desasimiento espiritual de las cosas y realidades en que nos hallamos envueltos.

6. J. Lafrance, Aprender a orar con Sor Isabel de la Trinidad.

Estamos de lleno, dentro de la pobreza espiritual proclamada por Jesús, indispensable para seguirlo y tratar con Él en la oración. No hay, no debe haber oposición entre exterioridad e interioridad. No se trata de escapar de las realidades de la vida, sino de hacerse presente a ellas de una manera superior que las hace trampolín y estímulo para acercarse a Dios en sus criaturas. Todo el problema, pues, se halla en la acogida que damos a las cosas: si las acogemos con amor, como criaturas de Dios, pero al mismo tiempo, sabemos desprendemos de ellas, es decir, no apegar nuestro corazón a las mismas, sino tratarlas como medios para ir a Dios, entonces son una ayuda para unificar nuestro ser. Y aunque parezcan turbarnos momentáneamente, tal turbación no pasa de la superficie. En el centro de ellas y de nosotros está Dios. No habrá dispersión por la acogida de las cosas y las personas. El ser está centrado en Dios al que volvemos a encontrar en ellas.⁷

B. Recogimiento: Sentido

Cuanto digamos sobre este aspecto, coincide, en parte, con algunos pensamientos ya indicados. Pero se completan en puntos de gran importancia práctica.

Parecería exagerada la afirmación de Romano Guardini: "Todo depende del recogimiento"⁸ pero la realidad del éxito de la oración y de los frecuentes fracasos que sufrimos en ella, nos persuaden de que representa una gran verdad.

Puestos a resumir el sentido del "recogimiento", nos parece poderlo expresar en los diversos enunciados que siguen: El recogimiento significa "que el hombre se sosiega y se asienta".

Ya antes tocamos este punto. El sosiego físico y psicológico es algo que condiciona extraordinariamente la oración. La tensión física, muscular, la alteración del ritmo respiratorio, o sanguíneo, lo dos grandes ritmos del hombre, influyen desfavorablemente en la oración.

7. J. Lafrance, o. c., 57-74.

8. R. Guardini, o. c., 33.

Sobre todo la carga psicológica que el hombre moderno lleva, casi constantemente sobre sí: deseos, temores, inquietudes, depresiones, angustias, resentimientos... le hacen menos capaz de centrarse en la materia de la oración, reflexionar sobre ella. Hay como un habitual desasosiego interior que se irradia también en lo físico de él y obstaculiza, aun seriamente, la sana concentración que toda oración pide. El hombre debe orar pero, ciertamente, le resultará muy difícil si no se libera del desasosiego interior y de la tensión física.

Por eso, anteriormente insistíamos en este punto y proponíamos diversos ejercicios que por experiencia, sabemos pueden ayudar mucho si se saben usar debidamente.

Hay que añadir la gran aportación que supone la toma de decisión interior, cuando es seria, de decirse y proponerse con toda responsabilidad: *"Ahora, no tengo otra cosa que hacer sino orar "Todo lo demás, no cuenta ahora"*. Esta determinación repetida va creando un hábito que facilitará no poco el recogimiento.

Otro sentido que encierra este recogimiento es *"hacerse presente"*: Hacerse presente ante Dios. Esto tomará cuerpo y se intensificará en el acto de fe, de que hablaremos más adelante. Hacerse presente significa "aunarse"; "tener unidad interior".

De otro modo, tener un "centro vital" que domina en nosotros y al que se refieren y miran todas nuestras facultades. Es como la razón, la fuente de nuestra actividad y el que la ordena. Este centro vital debe ser, fundamentalmente, Dios, Jesucristo que se irradia en sus misterios, en sus acciones, palabras, actitudes... Cuando hay en nosotros este centro vital que domina, encontramos un remedio efficacísimo contra la dispersión mental y afectiva que tan fácilmente tiende a dominarnos.

En este sentido, "presencia" viene a significar ausencia de dispersión y es un elemento constitutivo del recogimiento.

Otro contenido del "recogimiento" es lo que suele llamarse el "despertarse interiormente".

Se trata de un silencio interior que penetra en el espíritu y lo despierta a las realidades sobrenaturales. Es una especie de "alerta" discreto espiritual al Señor y a cuanto forma el núcleo de la oración.

Este "estar despierto" implica hacerse presente a sí mismo en su intimidad superando las tensiones hacia algo: impulsos que acosan, preocupaciones que asaltan, apatías. Es tomar conciencia de sí y entregarse a la oración con todo el ser.

El hecho de estar despiertos interiormente facilita la penetración de la persona en lo íntimo de sí y en el misterio de Dios. La realidad de que no es fácil conseguir el recogimiento. Que es necesario perseverar en irlo adquiriendo, por más doloroso que llegue a ser; no exime del esfuerzo personal pero éste ha de ser puesto con la gracia del Señor. No hay por qué rechazar el uso discreto de técnicas humanas psicológicas que pueden ayudar para ello.

Con este recogimiento debemos comenzar la oración. No hemos de estar "preocupados" por conseguirlo, porque tal actitud suscitaría en nosotros el temor de no llegar a alcanzarlo.

Se trata de un deseo discreto y de poner los medios que son eficaces para ello, pero sin el "anhelo" desasosegado, del que se confía activamente a Dios.

El recogimiento contiene también la apertura a tener *un "espacio santo"*: Se trata de esa situación interior en la que la persona puede decir que "allí está Dios y con él también ella". Son las dos realidades que ahora todo lo llenan y acaparan. Cuando esto se ha conseguido, estamos dentro de la profundidad religiosa que se despierta por la presencia de Dios. No implica necesariamente la percepción que depende de la acción del Espíritu. A veces será así; otras, esta presencia permanecerá en la oscuridad y se vivirá solamente en la fe.

En cuanto hemos dicho no queremos indicar que hemos de haberlo conseguido plenamente antes de ponernos a orar. Pero sí haber entrado en él que se irá purificando, ahondando, a medida que la oración vaya progresando. Aún más: nuestra cooperación para entrar y poseer el "recogimiento" puede considerarse ya como un aspecto integrante de la misma oración.⁹

C. El recogimiento, condicionante de la intimidad de la oración

Se podría afirmar que el primer paso en la oración es el recogimiento, tan importante, necesario y condicionan de los demás llega a ser. Cuando éste verdaderamente se da, caemos en la cuenta de la presencia de Dios, que viene a formar parte de El. Al mismo tiempo, tomamos conciencia de nuestra condición de creaturas en El, del reconocimiento de esta realidad gozosa y de nuestra condición de hijos amados por el Padre celestial, con el que anhelamos comunicarnos por que El, precisamente, ha suscitado en nosotros este deseo.

Y, toma de conciencia de nuestro ser profundo respecto de Dios y de nuestra más íntima condición, buscamos el "rostro de Dios".

Nada somos y nada tenemos de nosotros mismos, pero El, en su amor, ha querido acercarse a nosotros, llamarnos a participar de su intimidad de comunicación; a tener una relación personal con El, profunda, única, particular, inexpressable, *"De este misterio de amor vivir la oración"* El nos llama a buscar su "corazón" y a eso se orienta en último término de oración: a ir hacia el corazón de Dios; y nosotros, en nuestra debilidad e impotencia lo buscamos, guiados y ayudados por la fuerza de su Espíritu.

9.R. Guardini, o. c., 26-39.

Esto supone una fe que insistentemente pedimos y una constancia que se nos promete: estar constantemente restableciendo la relación personal con Dios.

Y, cosa real, sorprendente: al buscar y hallar el rostro de Dios, su intimidad, buscamos y hallamos nuestro propio rostro íntimo, que se nos encara a nosotros mismos. Dios es la razón última de nuestro ser, hemos sido hechos a su imagen y semejanza; nos ha creado por amor y ha dejado impresos en nosotros sus huellas: Al encontrarlo a Él, nos encontramos a nosotros mismos en lo más íntimo e inabismable. Y esa intimidad de trato se irradia en la paz, en la armonía que se va instalando en nuestro subconsciente, en la claridad de nuestro entendimiento y en la decisión de nuestra voluntad.

Vamos hallando nuestro propio rostro auténtico, nuestro ser profundo y despojándonos de otros rostros fingidos que se han ido superponiendo insensiblemente y nos han desfigurado. De Dios mismo vamos recibiendo, en la inabismabilidad de su trato, nuestro rostro auténtico, que reproduce, de algún modo, el suyo. Pero esto se halla ligado, condicionado al recogimiento interior sin el cual se obstaculiza nuestra marcha y búsqueda del Dios vivo que se nos quiere dar gratuitamente en el amor y el silencio del corazón.¹⁰

Muchos autores modernos designan, creemos que acertadamente con el nombre de "umbral" al disponerse al diálogo con Dios. Es como prepararse a penetrar en el secreto más íntimo de la casa, a entrar en la experiencia trascendental que es el diálogo con Dios en la oración profunda.¹¹

Esto no es nuevo, ni exclusivo de nuestra época ni de los autores que tratan de la "meditación cristiana profunda", o "meditación profunda", a secas o "meditación centrada".

10. R. Guardini, o. c., 39-44.

11. M. Billester, Experiencias de oración profunda, CIS., Roma 1978,9.

Maestros tan eximios de oración como San Ignacio de Loyola, Santa Teresa de Jesús, San Francisco de Sales, toda la tradición cristiana de occidente y, sobre todo de oriente, tiene muy presente esta interrelación entre cuerpo, alma y espíritu. Los autores modernos, la fuerte corriente espiritual en torno a profundizar en la meditación y a facilitarla, insiste de una manera clara y proporcionando modo para conseguirlo.¹²

3. Complemento: Cristo, Redentor y centro de la meditación

El tema de Cristo es central, como puede comprenderse, en la meditación cristiana. La meditación cristiana no se llama cristiana solamente porque la hace el cristiano, sino porque es meditación en la que Cristo es centro de ella. Cristo es también Redentor de la fuerza y capacidad meditativa del hombre. Cada hombre puede meditar, pero su capacidad meditativa está bajo la influencia del pecado original. Cristo, pues, es el Redentor de nuestra capacidad meditativa: nos ayuda a desarrollar nuestra capacidad meditativa sin caer en los peligros, sin desviación. Nos ayuda con la gracia que se llama la gracia sanante. Pero Cristo es también centro de la meditación porque toda ella está concentrada en Él: es el centro del orden de la salvación.

Debemos distinguir entre el Cristo histórico y el Cristo místico. El Cristo histórico parece que es el centro de la meditación comúnmente dicha. En ella, uno se pone en relación con el Cristo histórico, se traslada a aquel país de Cristo, etc.

12. Esto no es nuevo, ni exclusivo de nuestra época ni autores que tratan de la "meditación cristiana profunda", o "meditación profunda", a secas o "meditación centrada", maestros tan eximios de oración como San Ignacio de Loyola, Santa Teresa de Jesús, San Francisco de Sales, toda la tradición cristiana de occidente y, sobre todo de oriente, tiene muy presente esta interrelación entre cuerpo, alma y espíritu. Los autores modernos, la fuerte corriente espiritual en torno a profundizar en la meditación y a facilitarla, insiste de una manera clara y proporcionando modos para conseguirlo.

Pero en la meditación que tenemos intención de desarrollaren toda su capacidad, nos ponemos en contacto con el Cristo místico o pneumático. Cristo tal como nos es dado por obra del Espíritu Santo, se nos da como Cristo resucitado: la resurrección es un acto fundamental para la meditación.

No tenemos que tratar pues con el Cristo pasado sino con el presente. Tal como vive hoy, resucitado. En él está contenido el Cristo histórico también. Por el Cristo resucitado entramos, pues, también en el Cristo que padece, en el Cristo encarnado.

Todo lo que se recoge en el evangelio, todo entra en la meditación. Pero no como pasado, sino como presente, por eso es esencial que en la meditación no se hable sólo -como hoy se habla mucho- del "hombre de Nazaret". No debemos exagerar al Cristo histórico de tal manera que se olvide su divinidad. Y tampoco se debe hacer de la resurrección un hecho dependiente solamente de la fe de los Apóstoles.

El Cristo resucitado actual es el que se nos une en la meditación. Se lee en el evangelio de San Juan que el Espíritu Santo no podía venir aún, porque Cristo no había sido glorificado: El Espíritu de Cristo, como cerrado aún en Cristo, antes de la resurrección. Al resucitar Cristo abre la puerta por donde nos viene el Espíritu Santo. Por eso en Jn 7 el texto tiene dos interpretaciones: se habla del agua viva.

En la tradición se dice que esta agua es el agua de la fe; pero hay otra tradición, por ejemplo de Orígenes, que considera esa palabra "koilía", como el interior de las vísceras de Cristo, de las que brota el Espíritu Santo. Esta interpretación es preferible, ya que está unida al texto que nos habla de aquella piedra, de la que S. Pablo nos dice que era Cristo: "Petra autem erat Christus". Es la piedra que ha dado agua viva a Israel en el desierto. Esa piedra era Cristo. Del interior de Cristo resucitado se nos ha dado el Espíritu Santo.

El Espíritu nos une a Cristo glorificado. De modo que se da una unión de vida: nosotros somos miembros de Cristo. El, la cabeza. Así se da una unidad de vida que viene del Espíritu Santo: procede de Cristo y nos une a El. Así la meditación es esencialmente pneumática. De esta unión progresa la meditación cristiana y siempre puede profundizarse más. Así la meditación es entrar en Cristo; pero esto sólo es posible porque El ha entrado en nosotros.

Cuanto hemos dicho sobre la preparación de un ambiente interno propicio a la oración, se puede resumir en la siguiente cita de J. Loew:

"¡No te acerques! Quítate la sandalias de los pies, pues el lugar en que estás es tierra santa" (Ex 3, 5). Es decir; deja fuera tus miserias y tus impurezas. La oración debe ir precedida de un tiempo de decantación. Cuando el agua ha estado revuelta, poco a poco, si se le deja en reposo, se va poniendo límpida. Las impurezas y el cieno se posan en el fondo. Hay que llevar a la oración, que es un don de Dios, el corazón limpio y apaciguado. Por eso se necesita tiempo para orar; el tiempo de poder apaciguarse. Sabemos muy bien que hay días y momentos en los que sólo al cabo de media hora empezamos a serenarnos. La primera media hora nos domina la agitación interior, por mucho que haga nuestra buena voluntad. Por eso también, tres veces un cuarto de hora no serán nunca tres cuartos de hora seguidos, porque apenas da tiempo para serenarse. Quizá un cartujo, cuando vuelve a su oración interrumpida, en seguida se sitúe en ella. Quizá. Pero sea cual fuere nuestra forma de vida, el corazón humano, por naturaleza, no está nunca totalmente sereno.

El cardenal Mercier decía: "Os voy a revelar un secreto de santidad y de felicidad: todos los días durante algunos momentos, acallad la imaginación, cerrad los ojos a las cosas sensibles y los oídos al ruido para entrar en vosotros mismos - "quita las sandalias de tus pies"- y ahí, en el santuario del alma, que es el templo del Espíritu, hablad a ese Espíritu".

Cuando Jesús hable de la oración dirá sólo esto: "perseverad". Nunca dijo: "Que vuestra oración sea agradable, serena o de tal manera", sino sólo "perseverad". Si hay una continuidad, se llega a la decantación.

Por tanto, primera actitud que prepara la adoración: me desvié para escuchar, y me quito las sandalias para acercarme a él. Dios mismo nos lo ha enseñado así: no nos acerquemos a él impunemente ni de cualquier modo. La adoración de Moisés no es una adoración "salvaje". Entonces, el Dios invisible y presente, sin embargo, bajo la forma de una llama de fuego, se revela a Moisés: "Yo soy el Dios de tu padre, el Dios de Abraham, el Dios de Isaac, el Dios de Jacob".

XV. LA ENTRADA EN LA ORACIÓN

"Antes de rezar prepárate, no imites a los que tientan a Señor". Edo. 18,23.

La oración es, esencialmente, presencia de Dios y silencio ante El:

a) *Presencia de Dios*: Toma de contacto con mi creador ¹ señor; con el Padre amoroso: Relación personal con El encuentro de amistad. "Hablar de amistad con quien sabemos: que tanto nos ama" (Santa Teresa). Pensamientos, reflexiones: inspiradas por la fe. Palabras simples, afectos que expresan todo el ser: la fe, esperanza..., el amor a Dios sobre todas las cosas.

b) *Silencio para Dios*: Escuchar a Dios: actitud de acoger su palabra y prepararme para recibir lo que desee darme y comprender, a gustar.

Es la actitud de Samuel (1 Sam 3, 1ss.)

Esto: presencia de Dios; silencio de Dios es toda oración

1. El primer acto de la oración: Ponerse en la presencia de Dios:

A. Importancia

"Recogerse para ponerse en la presencia de Dios es necesario y conviene aprenderlo": Esta presencia de Dios nos centra la atención en él: sin ella no se puede decir que se da oración.

Esta presencia de Dios en fe, es la que ha de continuar a lo largo de la oración. Se impone, pues, iniciar el trato con Dios con un acto de fe en la presencia de Aquel con quien nos vamos a comunicar y cuya palabra vamos a escuchar en lo íntimo de nuestro corazón. El ser mismo de la oración está exigiéndola.

El respeto, el aprecio y, sobre todo el amor, exigen que comencemos por un acto que nos sitúa en nuestra más profunda realidad de creaturas e hijos de Dios y en la realidad de Aquel que nos admite a su trato: nuestro creador y Señor, nuestro Padre.

Los santos y todos los maestros de la vida espiritual están plenamente concordes en este punto y su enseñanza podría condensarse en esta formulación: Para orar se comienza por recogerse y por decirse: voy a dirigirme a mi Señor y a mi Dios, que me ve, que me invita a conversar con El.

B. Condiciones

Este importante acto inicial *depende de ciertas condiciones*, para que sea verdaderamente tal y produzca el fruto que lleva en sí mismo, cuando es auténtico e intenso.

Depende *de la atención habitual a Dios y al cumplimiento de su voluntad durante el día*. No se quiere decir que sin eso, sea imposible el acto de la presencia de Dios. Sino que lo facilitan mucho y lo harán más profundo.

Depende *de la actitud y actuación inmediata*

Detener la acción que se hacía; cortar la ocupación anterior, aunque sea con un gran esfuerzo. Suspender la lectura, la conversación, el curso de los pensamientos que ocupaban el espíritu; reposar el cuerpo; tranquilizar el alma. Quien se halla bajo el influjo de la tensión exterior o interior será incapaz del recogimiento que es necesario para ponerse en la presencia de Dios con verdadero espíritu de fe.

Depende, de algún modo, *del tiempo favorable de la jornada que se ha escogido para orar*. La presencia de Dios se facilita cuando *el momento es, física y psicológicamente, más apto. Cuando el ambiente invita a recogerse y la naturaleza parece hablar más clara y fuertemente de Dios*.

Depende también *de la actitud y posición que se tome*: llena de filial respeto; de una sencilla comodidad que no robe la atención de la mente ni la embote, sino la favorezca y la sirva.

En qué consiste el acto de presencia de Dios, al comienzo de la oración:

No es un acto de la imaginación por el que nos representamos a Dios junto a nosotros, o presente en nuestra habitación, ni siquiera dentro de nosotros mismos.

Es, sustancialmente, un *acto de fe en la realidad de la presencia de Dios* en virtud de su "inmensidad" por la que llena todas las cosas, pero sobre todo, por su "autodonación" en la gracia, en virtud de su "inhabitación" en la gracia, en virtud de su "inhabitación" en el alma del justo. "Las palabras son totalmente incapaces de expresar esta presencia misteriosa (pero real); nosotros mismos no le prestamos atención habitualmente. El comienzo de la oración se trata de *hacernos presentes a esta presencia continua*: Señor, yo creo que moras en mí, que yo moro en ti. La palabra "morar" es insuficiente. Es la que emplea San Juan para expresar la unión íntima del Padre con el Hijo y la unión del Padre y del Hijo con el creyente" (Jn 15,1-10).'

De otro modo

Es necesario, para que sea verdaderamente oración cristiana y pongamos una de las colaboraciones que nos toca aportar, entrar en oración con una gran visión de la presencia de Dios; es decir, hacemos verdaderamente conscientes de su omnipotencia y, más profundamente de su morada en nosotros.

1. Rogert-Dalbert, *Vie chiretienne*, December, 1958,16-19.

El medio de la oración no es nuestro aposento, ni siquiera el mundo cerrado de los pensamientos personales. El marco de nuestra oración es el universo, lleno de Dios con su omnipresencia y, más limitada, pero hondamente, mi propio interior, el yo profundo de Dios habita por la gracia.

No se trata aquí de sentir la presencia de Dios ni aun de representárselo imaginativamente. Podemos hacerlo, según la facilidad que tengamos. Pero es preciso estar atentos a no detenernos ni prestarle una atención indebida. Es, más bien, como una aplicación del acto esencial que se nos pide. Y este es esencialmente: "el acto fundamental de la inteligencia humana en presencia de Dios, un acto de fe en la omnipresencia y en la omnipotencia de Dios.

Todo lo que se añade a este acto de fe puede permitirle insertarse más profundamente en nuestra vida psíquica, es útil, pero no es necesario. Cierta representación puede ayudar a fijar la inteligencia y la imaginación en presencia de Dios, pero no conviene atarse a estas representaciones que pueden llegar a ser un sucedáneo del acto de fe e ilusionarnos sobre la verdad de nuestro ponernos en la presencia de Dios.²⁻³

2. "Cuando el alma intenta entrar en la comunicación con el Señor, lo primero que tiene que hacer es vivificar la presencia del Señor, después de dominar y recoger las facultades. El alma ha de tener muy claro que Dios está objetivamente presente en su ser entero al. que comunica la existencia y la consistencia. Habrá que recordar que Dios nos sostiene. No es el caso de la madre que lleva a la criatura en sus entrañas, sino que, en nuestro caso, Dios nos penetra, envuelve y sostiene. Está más allá y más acá del tiempo y del espacio. Está en torno mío y dentro de mí, y con su presencia activa alcanza las más lejanas y profundas zonas de mi intimidad. Dios es el alma de mi alma, la vida de mi vida, la realidad total y totalizan dentro de la cual estamos sumergidos; con su fuerza vivificante penetra todo cuanto tenemos y cuanto somos". I. Larrañaga, *Muéstrame tu rostro*, 236.

3. Y. Raguin, *Chemin de Contemplaron*, Desclée de Brouwer, Paris, 1969,37- 38.

C. NOTAS

Para el que está habitado a hacer el acto de fe, le será fácil ponerse en la presencia de Dios. Poco tiempo le tomará hacerlo con intensidad. A otros, les resultará más difícil.

No se puede ni es conveniente fijar un lapso de tiempo determinado. Lo importante es que no se pase a la oración como a leer un pasaje de la Escritura, a reflexionar por encima..., sin haber hecho muy bien el acto inicial.

Lo importante es que sea un acto intenso de fe. Si la persona se siente atraída a perseverar en la presencia de Dios, *conviene permanecer* en ella a toda costa. Convendrá mantenerse en esta presencia mientras dure moción del Señor, aunque tarde en entrar propiamente en la materia de la oración. Realmente se halla ya en oración. No ha de dejar a Dios por Dios, puesto que El se ha adelantado. Sí se ha de cuidar de entrar en la materia de la oración una vez que la unción del Señor se ha retirado.

Durante toda la oración se ha de mantener esta presencia del Señor, alimentada de modos diversos. A ella habrá que retomar si la imaginación se ve atraída y llevada por las distracciones.

D. Modo de hacerla

El que se propone no es único. Cada uno verá cual es el que le resulta más eficaz. Lo importante es que en ese acto de ponemos en la presencia de Dios realicemos lo que realmente es: hacemos presentes por la fe a esa presencia continua de Dios en lo más íntimo de nosotros y por la que nos participa su naturaleza divina haciéndonos sus hijos en Cristo por el Espíritu Santo. Podemos proceder del modo siguiente:

- Hacemos lentamente la señal de la Cruz: realmente en el nombre y con la gracia del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo, me voy a dirigir a mi Padre y a su Hijo, Jesús. El Espíritu Santo da testimonio de ello (Gal 4,6; Rom 8,12-17). Hay que darle a este signo, que abre la oración, todo su valor. Este gesto, hecho con fe, es ya ponerse en la presencia de Dios.

- *Hago un acto de fe* (vocalizado o interior) en la presencia de Dios ciertamente presente en mí: Es mi Creador, en el que yo estoy como todas las cosas que existen. Pero en mí se halla, por la gracia, con una presencia "peculiar" por la que se me da a sí mismo y me hace a su imagen y semejante, en su Hijo Cristo Jesús.

Dios es mi Padre: yo soy su hijo. Yo vivo de su vida como el sarmiento vive por la cepa (Jn 15,1ss.).

El me ama, El me conoce, El penetra mis pensamientos más íntimos, él obra en mí y suscita mi fe y mi amor. (Jn 14, 23). Este acto, notémoslo de nuevo, no es un acto de imaginación. Se trata de *un acto de fe en la realidad de la presencia de Dios*.

Este acto de ponerse en la presencia de Dios debe ir empapado en *respeto, humildad\ confianza filial*: Aquel a quien voy a dirigirme, con el que voy a comunicarme íntimamente es mi Padre amantísimo, pero de que yo he huido como el hijo pródigo (Le 15,11). Es mi criador

que me trajo a la existencia por amor, ante el que soy hombre de labios impuros" (Is 6,1- 13). Solamente cuando en sinceridad, mas sin temor servil, me reconozca pecador e indigno de esta gracia de comunicarme con El, podré ser admitido a su amistad, a su trato.

(A no pocas personas la cercanía con la naturaleza puede proporcionar un poderoso estímulo para este acto de la presencia de Dios. Pero ahora no conviene quedarse en lo externo, sino, a partir de ahí, introducirse en otra realidad superior: la presencia de Dios en mí, en lo más íntimo de mi ser, transformándome a imagen de sí mismo).⁴

4. Cfr. Th. Munn, Review for Religious, 1961,210-212.

Es importante, siguiendo el pensamiento de Raguin, que el acto que se nos pide, al prepararnos para entrar en la intimidad de Dios, es el acto fundamental de la inteligencia humana cara a Dios, un acto de fe en la omnipresencia y en la omnipotencia de Dios.

Se incluye, al menos como un inicio que se irá expandiendo al calor del trato con el Señor, un amor que vivifica la fe y, a la vez, es la irradiación de la misma.

Podemos representarlo imaginativamente, pero no es necesario y cuidemos de que tal representación no sustituya al verdadero acto de fe. Ni es necesario, igualmente, entregarse a esfuerzos sobrehumanos de concentración para "vaciar" el espíritu, como peligrosamente dicen algunos hoy día. En otra parte se toca este punto que reviste una importancia especial y capta, creemos que equivocadamente, a más de un seglar y no es infrecuente en el mundo de las personas "consagradas", sobre todo femeninas. De ordinario, dice Raguin, esto no es posible, y si no lo es, hay que afirmar claramente que tampoco es necesario.

Pero el acto de fe no se presenta por sí solo, fuera de toda participación mía. "Se requiere que hagamos un esfuerzo sincero para entramos en una activa participación en este acto de fe que es el acto esencial".⁵

E. Una "adición" ignaciana

San Ignacio de Loyola en sus Ejercicios espirituales, propone, entre otros, este modo de prepararse para orar:

"Un paso o dos antes del lugar donde tengo que contemplar o meditar, me pondré en pie por espacio de un Pater noster, alzado el entendimiento arriba, considerando cómo Dios nuestro Señor me mira, etc., y hacer una reverencia o humillación".⁶

5. Y. Raguin, Caminos de contemplación, Edic. Narcea, 1985, 40-41.

6. EE. 75; Cfr. M. A Fiorito, Buscar y hallar la voluntad de Dios, 53-56.

Prescindimos de la explicación de las demás partes del texto. Lo que ahora nos interesa en la expresión... alzado el entendimiento arriba, considerando como Dios nuestro Señor me mira, etc. y hacer una reverencia o humillación". Este párrafo verdaderamente rico, compendia la preparación de la que venimos hablando.

Son tres actos los que se expresan en ella: Un acto del entendimiento que se recoge interiormente y se centra en Dios con el que va a dialogar, al que va a escuchar, hablar, amar... Todo lo demás queda y se intenta, con la gracia de Dios, que permanezca eliminado. Es todo el ser, no sólo la facultad intelectual la que entra en acción para centrarse en Dios. Es, por otra parte, un reconocimiento amoroso de la existencia de Dios, un acto de fe en ella, en su amor que se dispone a comunicarse con su criatura y con su hijo, por más débil y pecador que sea. Es un desprendimiento de sí mismo y de cuentas cosas le preocupen, aun buenas y laudables; ahora sólo cuenta Dios al que se quiere acercar en humildad, confianza, amor.

Es una consideración de "*COMO DIOS ME MIRA*". Aquí, pensamos, está el núcleo principal de la preparación para la oración. Se trata de una mirada mía hacia Dios: la mirada de fe que se eleva y hace consciente una realidad siempre presente:

Dios me mira. Dios, aunque yo no sea consciente de ello, me mira con la mirada paternal, compasiva, providente, anhelante, amorosa. Es todo su ser que se vuelve hacia mí en una presencia continua: En ella me introduce en su mismo ser divino, me participa su vida en Cristo Jesús, realiza el anhelo de su corazón: amarme paternal, maternalmente. Y ahora me mira complacido, me invita a comunicarme con El, porque ese es su mayor placer, estar en un "aparte" especial con el que me ama; y de esa comunicación va a salir el deseo de imitar la santidad de El, "vuestro Padre celestial" como nos estimula Jesucristo (Mt 5,48).

El considerar cómo Dios me mira ignaciano, tiene también una referencia implícita a tratar con El no sólo con la confianza de hijos, sino también con la reverencia del que siendo nuestro Padre, es igualmente nuestro creador, el que nos trasciende y supera infinitamente, por más que su amor lo acerque, lo introduzca dentro de la intimidad de nuestra personalidad para ser en él la realidad más personal del hombre mismo.

Y un tercer acto: "Hacer una reverencia o humillación". San Ignacio sabe armonizar maravillosamente la confianza y el respeto; la grandeza de ser criaturas e hijos de Dios con la realidad de la total dependencia de El como nuestro supremo creador; nuestra grandeza y, a la vez, pobreza inexpresable espiritual. Todo es de El, todo se lo debemos. Y nos regocijamos reconociéndolo y manifestándolo aun corporalmente, como parte de nuestra persona; la fidelidad sencilla pero en plena responsabilidad de esta preparación, dispone nuestro ser a una comunicación con Dios, como El quiera manifestarse, pero siempre transformante en Cristo, en el que imitamos la santidad de nuestro Padre celestial. Creemos que estos pensamientos puedan contribuir a tomar conciencia del privilegio y de la importancia de la oración cristiana.

2. Invocar al Espíritu Santo:

A. La enseñanza espiritual

Bajo el influjo de adopción del Espíritu. (Gal 4,6-7): La adopción filial, el ser realmente hijos de Dios (1 Jn 3,1), participar de su misma vida, es el motivo fundamental por el que Dios nos comunicó *el Espíritu de su Hijo*:

El Padre, en su infinita misericordia, no sólo nos dio a su Hijo (Gal 4,4-5), sino que también envió a aquellos que son hijos, al Espíritu Santo, el don escatológico prometido (Gal 4, 6-7). Lo envió a nuestros corazones, porque, por el sacramento del Bautismo, hemos pasado a poseer la condición de hijos suyos. La participación de la vida del Padre, de donde proviene nuestra filiación; la recibimos al comunicárenos la vida de Jesucristo, como participación de la misma vida del Padre.⁷

El Espíritu Santo en nosotros es espíritu de "filiación" (Rom 8,14), porque la vida de Cristo, que nos constituye hijos de Dios, la recibimos por medio del Espíritu Santo (Rom 5, 5).

Pero lo es también, y aquí es lo que principalmente señalamos, porque es Él quien nos da la actitud que conviene al hijo frente al Padre: la obediencia llena de fe y de amor; la comunicación amorosa con Él.

Este Espíritu es el que viene en auxilio de nuestra debilidad (Rom 8,26); nos da un corazón nuevo y un espíritu nuevo. Realiza en nosotros la profecía de Ezequiel (36, 26ss.) y de (31, 33). Es una nueva forma de existir en la que "el Espíritu clama ¡Abba! ¡Padre!. Se ha apoderado de nosotros con tanta fuerza que ya no es nuestro yo quien ora al Padre, sino el Espíritu del Hijo de Dios (...) En nosotros clamamos en ese Espíritu *Abba ¡Padre!* (Rom 8, 26-27).⁸

Completando brevemente lo dicho, añadimos: Nosotros somos por naturaleza, débiles, ignorantes... Por eso, Dios lleno de "compasión" y ternura hacia sus hijos, viene en nuestra ayuda a través del Espíritu Santo. Él se une a nuestra súplica, a nuestra oración (Gal 4, 6; Rom 8, 15), y se forma una grande, inmensa imploración. La súplica del Espíritu en nosotros y *con* nosotros se hace inefable, intraducible en palabras humanas; rebasan toda explicación, están más allá del orden natural.

Entonces nuestra oración cristiana adquiere una hondura que supera toda oración hecha con solas nuestras fuerzas. Se sitúa en el orden sobrenatural, dominado por la acción del Espíritu, enviado por el Padre a instancias de Jesucristo (Jn 14, 15).⁹

7. G. Schneider, Carta a los Gálatas, Herder, Barcelona, 1967, 97-98.

8. S. Carrillo Alday, El Espíritu Santo en el corazón del creyente, México, 1978, 91.

B. Bajo el influjo poderoso de los dones del Espíritu:

Una de las grandes misiones del Espíritu Santo como maestro de oración es hacer salir de sí misma al alma para centrarse en Dios por un movimiento sencillo y amoroso y conservarla en ese gran *silencio de dentro* que le permite a Dios comunicársele íntimamente e ir transformando en sí mismo. Si frecuentemente no oramos, ni avanzamos en la oración hay que buscar una de las causas en la falta de silencio interior y de recogimiento, que es presencia de Dios del hombre a Dios y a sí mismo.

Por esto la preparación para orar juega un papel muchas veces decisivo. Vivimos tan a prisa y tan centrados en nosotros que deseáramos tener una ascensión espiritual sin preparación, sin desprendimiento, así: de una vez, sin más, sin tener que pagar ni la más pequeña moneda de paciencia, de abandono, de abnegación...; que ni siquiera tuviéramos que pedir la gracia de la oración con humildad y perseverancia.

Llegar a conectar con Dios que habita en el centro mismo del alma, en lo más íntimo del espíritu humano, fuera de una acción especial del Señor, exige tiempo, súplica y, sobre todo un fuerte influjo del Espíritu que espera nuestro deseo y nuestro clamor. Es fundamental darle a la preparación de la oración y más concretamente a la súplica al Espíritu por su asistencia, la importancia que realmente tiene.

La vida de intimidad con Dios, fuente profunda de la oración continua, requiere una intervención directa de *los dones del Espíritu*, sin ellos estaríamos condenados a no ser jamás personas de auténtica oración. No es posible orar sin la ayuda del Espíritu (1 Cor 2,4).

9. K Kertelge, Carta a los Romanos, Herder, Barcelona, 1973,152-153; E X. Durwell, L'Espint Saint de Dieu, Du Cerf, París, 1985,130-132.

No olvidemos la pedagogía de Dios: El Espíritu es sumamente respetuoso de la libertad humana. No interviene en un alma si ésta no lo llama y no se determina normalmente no oponerse a su acción. Por eso no debemos temer pasar el tiempo discreto que se requiera en este ejercicio que va a condicionar todo el resto de la oración.

Bajo el influjo del Espíritu de purificación:

La obra del Espíritu no sólo es guiarnos en la oración, iluminarnos y movernos; irnos conformando en Cristo; manifestarnos la voluntad del Padre.... sino también purificarnos. El Espíritu es el gran purificador de Dios: Nos purifica aun en la búsqueda de la propia perfección a la que, frecuentemente, antepone a la gloria de Dios y su Reinado. Purifica nuestro corazón implantando en él la caridad. Purifica nuestra voluntad haciendo que ésta se vuelva y centre en la búsqueda y realización de la voluntad del Padre. Purifica nuestra actitud, al enseñarnos el comportamiento de un verdadero hijo con Aquel que viviendo en nosotros, nos da participación en su misma vida y suscita el deseo de realizarlo que somos: hijos del Padre celestial (Gal 4,6).

Por eso hemos de persuadirnos de la importancia de la súplica al Espíritu y poner todo nuestro ser en ella. El modo puede ser diverso; hecho sin prisas, con verdadero clamor en espíritu de fe.¹⁰

La *consecuencia* es obvia: si toda la vida espiritual, y, de un modo particular, cuanto se refiere a nuestra comunicación filial con el Padre y con Jesucristo, nuestro hermano, está bajo el dominio del Espíritu Santo, no podemos dar un paso en este campo, si no es guiados por el mismo Espíritu. Hemos de ser muy conscientes de esta realidad a la que va ligada y de la que depende el comienzo, el medio y el fin de nuestro trato con el Señor.

10. J. Lafrance, Aprender a orar con Sor Isabel de la Trinidad, 36-38.

La frase tajante de Jesús "sin mí nada podéis" (Jn 14, 5), hemos de interpretarla, sin la acción del Espíritu en lo íntimo de nuestro ser, enviado por mí para que nos socorra en nuestra impotencia.

La liturgia de la Iglesia con la profusión de himnos, cánticos, aclamaciones..., al Espíritu Santo es un verdadero indicio de su pensamiento sobre este punto, y la exhortación implícita que hace a sus hijos para que pongan su oración bajo la protección, la guía, el acompañamiento, la eficacia del Espíritu.

Esta, exactamente, ha sido la actitud de los santos: acudir a la fuerza del Espíritu, invocarlo ardiente y constantemente en su oración. Las formas pueden variar, la referencia directa a él, quizá no se da siempre, pero la intención, el deseo, el hecho no están ausentes. No lo pueden estar desde el momento en que son conscientes de su actividad interior, desde que se han entregado al Padre en Jesucristo y quedan sometidos a la acción de la gracia, en la que el Espíritu Santo juega un papel primordial, irremplazable.¹¹

11. Cfr. Y, Conger, Je crois en L'Esprit Saint, bes Editions du Cerfi, París. 11, 1979,147-155.

"En la vida de fe uno se da cuenta de que no se puede prescindir de la oración de petición, de alabanza, de intercesión, de arrepentimiento. Hay un auto justificación que, en cierto modo, es la de las cosas fundamentales: ¿Para qué respirar? No se necesita un motivo, la mi ama vida lo lleva a orar, la oración es fe expresada. Aquí captamos todo lo indefinible de la oración precisamente porque está totalmente unida con la experiencia de fe". "Nuestra respuesta a la palabra de Dios, en la que nos revela el misterio más íntimo de su amor, no consiste sobre todo en pensar, sino en dar gracias: es la oración. Creer en Dios no significa tan sólo certeza de que Dios existe, sino principalmente entrega personal a Dios principio y fin último, fundamento y contenido de nuestra vida. La oración es la expresión más importante y más esencial de la fe en Dios: es fe que responde, o, por a sí decirlo, fe vivida con absoluta seriedad".

B. La práctica

Como es natural, está sujeta a la inspiración del mismo Espíritu; a la formación e instrucción de la persona, a las circunstancias, necesidades, mociones interiores, etc. Pero algo es cierto y debe ser insustituible: El éxito de nuestra oración no puede estar al margen de nuestra actitud de reconocimiento, de entrega de la oración a la acción de Aquel que se nos ha dado para que nos enseñe, nos dirija, nos perfeccione en nuestra comunicación filial con el Padre y con Jesucristo.

Esta conciencia debe ser reactualizada, reavivada al comienzo de toda oración, de un modo particular de la oración prolonga personal o comunitaria.

Puede afirmarse que la oración tanto más "resultará" cuanto con mayor fervor, intensidad, confianza amorosa clamemos al Espíritu invocando su ayuda.

Esto no supone, precisamente, que se ha de manifestar en un derramamiento perceptible de la "consolación".

La invocación a que nos referimos, no se limita, aunque debe ser especialmente intensa y detenida al comienzo. También durante la misma oración y antes del coloquio final, que tiene gran importancia en el conjunto de la oración, debería tener lugar una nueva invocación al Espíritu Santo.

El modo concreto de hacerlo puede ser, en la práctica:

- Rezando alguno de los himnos, secuencias, aclamaciones de la Iglesia, su Liturgia.
- Recitando alguna oración compuesta por algún santo o persona espiritual llena de unción, de humildad, de confianza en su asistencia.
- Placiendo una oración espontánea de invocación.
- Entonando discretamente algún canto de invocación al Espíritu Santo que evite al recogimiento.

(Conferencia episcopal alemana, Catecismo Católico para Adultos, Biblioteca de Autores Cristianos, Madrid, 1988, 88)

1. La ofrenda de sí

A. La enseñanza espiritual

Acercarse a Dios es acercarse a la *pureza perfecta*, al Santo de los Santos.

Por tanto, *todo movimiento hacia él* supone que se acepta ponerse en armonía con esta pureza; que se rechaza toda actitud de ficción, de apariencia, de mero formulismo. Sería como tratar de engañar a Dios y engañarnos a nosotros mismos.

Moisés se quita las sandalias manchadas de polvo (Ex 3,5). *Hilas* se cubre el rostro con el manto ante el paso del Señor (1 Rey 19,13.)

Los santos han usado las mismas delicadezas cuando se trata de acercarse al Señor para orar. Su actitud es un lenguaje elocuente: "Vamos hacia Dios. Que en nosotros no haya nada imperfecto, ni torcido. Purifiquemos nuestra intención, rectificemos nuestras actitudes". Y esto es lo que nos han dejado en sus escritos como una enseñanza preciosa.

Es una doble "protestación":

La primera se refiere a las fuerzas que van a emplearse: atención, capacidad de expresión, voluntad, afectividad...

Reafirmamos así que están consagradas para Dios: él su objeto propio; para él van a ser aplicadas para el que han sido hechas.

Una segunda protestación: Estas facultades; atención, inteligencia, afectividad, *las ponemos al servicio de Dios*. "Pretendemos que no produzcan más que actos dignos de Ti, Dios nuestro". Entramos en la oración con todo lo que somos. Esto es sumamente conveniente: apenas surgen deseos de comunicarnos con Dios, corremos el peligro de que la pereza nos domine; nos extraviemos en el descuido; nos debilitemos en la fidelidad y en la perseverancia.

B. La práctica espiritual

Se trata de *minar* desde la base *todos estos movimientos interiores que dañan la oración* y adelantamos a las distracciones que puedan asaltarnos. Delante de Dios todo esto no tiene lugar.

Se trata de denegar de antemano el egoísmo: renunciar, tomándole la delantera a desviaciones, pensamientos, afectos..., importunos; desaprobarnos desde su nacimiento mismo y aun antes, con plena conciencia de no querer admitirlos.

Es una ofrenda de sí mismo que tiene un gran mérito de homenaje a Dios, con quien pretendemos comunicarnos puramente, en plena intimidad y exclusividad.

No se trata solamente de una protestación natural, como si el hombre solo pudiera realizarlo. *Se cuenta, ante todo con la gracia*. Por eso estas protestaciones y ofrecimientos van envueltos en una humilde plegaria: "he aquí lo que yo quisiera con vuestra gracia, Señor".¹

C. El modo ignaciano

La meditación y contemplación ignaciana, alrededor de las cuales giran los Ejercicios ignacianos, comienzan por la oración preparatoria. Esto mismo puede afirmarse de cualquier tipo de oración.

San Ignacio la formula sencilla y densamente en el n. 46: "La oración preparatoria es pedir gracia a Dios Nuestro Señor para que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicios y alabanza de su divina majestad". Lo que en ella quiere decir es que todo, sin exceptuar nada, sea en alabanza de Dios. Es la motivación suprema que realiza el fin de toda criatura, de acuerdo con su principio y fundamento: "El hombre es creado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios".

1 J.J. Latourneul, *Vie chretienne*, Janvier, 1958,24-26.

De otro modo, es necesario que el Señor sea el centro de la oración: "que ésta no sea un repliegue psicológico sobre mí mismo, sino una acción de la potencia creadora y libertadora de Dios en mi vida". Esta purificación es lo que San Ignacio pretende poner en la base de toda oración, para que no se convierta en un vano tormento del alma replegada, sino por el contrario, en una apertura completa a la fuerza divina que interviene en mi vida. Pedir la gracia para que todo esto suceda es aquí lo más importante".

La consecuencia es obvia: si no pido diligentemente esta gracia divina, gratuita, el corazón no podrá disponerse suficientemente para entrar en relación íntima con Dios. Esta gracia es la acción del Espíritu Santo, don supremo del Padre. Dar, pues, por descontada esta oración, la forma podrá ser muy diversa, es disminuir la fuerza de la oración y aun echar el fundamento de su fracaso.

Desde luego, no se trata de expresar con meras palabras exteriores o interiores, mi entrega total al Señor y su asistencia. Debe ir empapada de confianza, de fe profunda, de sinceridad, de intensidad pacificante... Y a esta oración el Señor no podrá menos de responder con una acción poderosa del Espíritu.²

En realidad, este acto no forma una aparte en todo el conjunto de la oración. Constituye un cuerpo con la totalidad del movimiento que lleva al alma a recogerse delante de Dios.

2. T. Beek, *El discernimiento a la luz de Cristo Señor*, en: *Boletín de espiritualidad*, Buenos Aires, n. 93, mayo junio, 1985, 6.

"El ejercitante no sabe con precisión qué es lo que Dios espera de él; pero puede presentir que Dios colma de bienes a los que reconocen que tienen las manos vacías. Esta investigación de la voluntad de Dios, a la que se entrega, es misteriosa y todavía no personalizada. Es preciso desterrar el temor, las angustias, la aprensión, y admitir vitalmente que Dios es más grande que nuestro corazón. Es, pues, ventajoso reconocer de hecho, desde el comienzo de los Ejercicios, la trascendente bondad del Creador y Señor. Aun antes de que ellos comiencen, se rinde homenaje a Dios todopoderoso, que va a obrar en su criatura, y desaparece la preocupación egocéntrica. ¿Qué va a pasar? Nada que no sea la voluntad amorosa de Aquel a quien yo me entrego con toda la generosidad de mis deseos".³

2. Composición viendo el lugar

San Ignacio, a partir de la primera meditación del pecado, en sus Ejercicios, nunca omite la que ordinariamente se designa como: composición de lugar, aunque él varíe un tanto la expresión y la enuncie: composición viendo el lugar.

Entra dentro de los que él llama preámbulos. Hoy día se tiende a omitirlo y, no pocos autores espirituales llegan a afirmar que el debilitamiento de la oración se debe en buena parte a la omisión de este elemento.

Aún más que el preámbulo anterior se corre el riesgo de no comprender sino a medias su sentido y, consiguientemente, de no aprovecharse a sólo muy parcialmente de la gran ayuda que puede prestar al proceso de la interiorización.

Una breve descripción del mismo, nos mostrará que no es exagerada esta afirmación.

3. G. Dumeige, Los Ejercicios espirituales y la oración personal, en: *Loa Ejercicios de San Ignacio a la luz del Vaticano II*, BAC., Madrid, 1988, 49.

La composición viendo el lugar fija la imaginación "representando el lugar" donde el acontecimiento se realiza. Esto es cierto. Pero es minimizar su papel; reducirlo a una especie de guardián que vigila los desmanes de la imaginación. Para muchos no pasa de ser un modo de mantenerla quieta y evitarlas distracciones a que su nativa movilidad da lugar.

Sin negar esta función, es necesario comprender su sentido "más allá" de su finalidad psicológica y situar su importancia.

Recordemos una verdad que nos orienta. El Verbo encarnado se ha manifestado a los hombres en un lugar concreto y en un tiempo determinado. Cada uno de sus misterios se realiza, igualmente, dentro de un espacio circunscrito y en un lapso de tiempo particular. Así la Encarnación tiene lugar en la casa y aposento de Nuestra Señora.

Pues bien, en la manifestación que Jesús hace de sí aquí y allá, es donde quiere ser aprehendido.

Tocamos, entonces, el papel primordial de la composición viendo el lugar, la imaginación, al entrar en juego, nos permite *hacemos presentes* a lo que pasa fuera de nosotros. De ahí caminaremos al corazón del misterio y a nosotros mismos que somos verdaderos actores en Él.

De otro modo: la imaginación, al acercarnos en el lugar y el tiempo a las escenas que se meditan o contemplan, nos hacen conespaciales o contemporáneas a ellas. Por la misma imaginación se realiza en nosotros una presencia externa al misterio que ayudará a la *presencia* interna o espiritual. Así nos es permitido aprehender lo que para nosotros es la "actualidad" del mismo. A el "aquí" y "ahora" de él para nosotros con su profundo significado y su mensaje y su poder transformativo.

Captamos, pues, cómo una escena evangélica es, a la vez, un acontecimiento histórico que se desarrolló en un tiempo lejano a nosotros y un misterio que se realiza en nosotros y para nosotros. Así madura y crece el fruto de gracia en el *hoy* concreto de nuestra oración.

La obra de la imaginación no es, pues, una piadosa reconstrucción de un paisaje revelado. Por eso cada uno puede, debe "hacérselo", aunque, a veces, se le den datos evangélicos concretos que él puede recrearlos como más le ayudaren.

El paisaje visto imaginativamente debe llevar al que medita o contempla a una visión de fe; está íntimamente relacionado con ella, con una fe auténtica y teológicamente justificable. Sin darle una duración de tiempo excesiva, sino la conveniente, hay que recomendar no pasarla por alto. Está muy ligada con la función de la memoria, de que se tratará en otra parte.⁴

3. La petición

(No pocos autores espirituales señalan la importancia de la petición, al comienzo de la oración. Por eso ha parecido conveniente resumir la doctrina espiritual sobre este punto).

A. En qué consiste

En todos los hechos del Señor, en sus enseñanzas; en toda la palabra inspirada del Antiguo y Nuevo Testamento, hay lugar a ver un sentido espiritual que es aplicable, de modos diversos, a la propia vida.

Si contemplamos el pasaje de la Anunciación a María podremos admirar su discreción, su humildad, su disponibilidad a la voluntad de Dios, su entrega.

Pues bien, si miramos a la necesidad interior de nuestra vida espiritual, a la moción de la gracia..., podremos elegir una gracia que haremos como el fruto principal que deseo me conceda el Señor: la humildad, por ejemplo. Esto supone que, de algún modo, se ha preparado la materia de la oración. De otra manera, ni podré detectar la gracia, más importante que se presta a pedirla el pasaje, ni "exponerme" a la acción del Espíritu. Esto ocurre, al menos, con los pasajes menos conocidos.

4. EE., 47,55 etc; cfr. J-C. Dhotei, la Composición de lieu, Cahiers de Spirituaüté Ignatienne, oct.-dec., 1992,276-279.

Así pues, al comienzo de la oración, después de la oración preparatoria, vuelto al Señor en espíritu de fe, le pide con humildad, quiera concederme esa gracia que necesito y, de algún modo, él me sugiere que la haga objeto de mis peticiones. Aunque se insista en ella al comienzo, ha de estar presente a lo largo de la meditación o contemplación. Si es importante, una gracia contendrá otras muchas, al hacemos participar de la fuente misma de la vida divina.

Las gracias que pedimos, pueden ser muy diversas y se precisan a partir de nuestras necesidades y estados de alma: "Señor, creo, pero aumenta mi fe". "Dame interno conocimiento del desorden de mis actos y actitudes malas". Nacen también de la materia; cada hecho o enseñanza, aunque pluriforme en sus aplicaciones espirituales, contiene una gracia peculiar. De nosotros depende abrírnos a esa gracia pidiéndola.

B. Importancia.

Si comenzamos así nuestra oración, *comentamos saliendo de nosotros mismos* y sometiéndonos a la acción del Espíritu Santo.

Es una apertura al misterio y a Cristo al que nos entregamos para que construya en nosotros su Reino, conforme a su plan. Así queda más asegurada la autenticidad de nuestra oración.

Es fijar nuestro deseo espiritual en una dirección sin que esto signifique querer condicionar la acción del Espíritu.

C. El modo ignaciano

San Ignacio pretende formar en sus Ejercicios, hombres contemplativos en la acción que realizan siempre y en todo, la voluntad de Dios en su vida diaria. En otra expresión, "vivir in Christo Jesús" es el fruto de los Ejercicios. Para eso propone los Ejercicios como una auténtica escuela de oración. Dentro de ellos coloca al ejercitante en la perspectiva de la *Historia de la Salvación* cuyo centro es el Misterio pascual. Allí el hombre realiza su salida, su "éxodo" para adentrarse en el misterio más íntimo de Dios. Este movimiento progresivo se realiza en los Ejercicios, en cada una de sus etapas de modo diverso, pero sustancialmente, coincidentes. No sólo pretende caminar como obra del hombre, sino de Dios, sin el que nada podemos, ni aun tener la iniciativa para orar.

"Siendo, pues, los Ejercicios una existencialización del Misterio pascual, un éxodo, una conversión, una *metanoia* en el sentido bíblico más amplio, este Misterio pascual debe realizarse en cada oración y en cada uno de los ejercicios del libro ignaciano, hasta en el examen particular y en el examen de conciencia. A este fin, San Ignacio nos coloca primero en actitud de humildad que es abertura ala gracia y generosidad total. Ya en esta actitud, el ejercitante debe trabajar perseverantemente, "*andando siempre a buscar lo que quiero*" (EE. 76), sin mudar la disposición del alma cuando encuentra lo que quiere, ni aun siquiera la disposición corporal, dejando que el Espíritu la lleve adelante adentrándola en el Misterio de Cristo. (. . .). La petición a que alude en el n. 48, puede ser, si tenemos en cuenta su espíritu, una ayuda valiosísima para "seguir mejor la acción de Dios en el alma; esa transformación sublime, que habrá quedado integrada en la persona y luego, en la vida ordinaria. Le llevará a buscar y hallar, bajo la acción del Espíritu, "*lo que quiere*" que es, esencialmente, lo que Dios quiere".⁵

A esta luz y dentro de este marco, se ha de ver y practicar la petición: "*demandar a Dios nuestro Señor lo que quiero y deseo*" (EE. 48). No es un dato más dentro de los Ejercicios ni algo recomendable que se pueda tomar o dejar sin que sufra para nada el fin último adonde se pretende llevar al alma.

5.G. Dumeige, o.c., 518;cfr. D. Mollat, Los Ejercicios..., 262.

Entra, como una rueda más con valor específico y función peculiar, a facilitar, asegurar y acrecentar el fruto último de cada meditación y, definitivamente, de la finalidad de los Ejercicios; Por eso, sin hacer de la petición un elemento, fuera del cual no se conseguirá lo que se desea, sí se la procura estimar y valora debidamente, y, sobre todo, se intenta expresarla con una persuasión íntima de su contribución, al fin de cada oración que se une al de todas en un conjunto armónico: transformarse según Cristo, para hallar y realizar como El, la voluntad del Padre en la fuerza del Espíritu dentro de la vida diaria.⁶

Es una orientación, un deseo, pero le dejamos que El nos otorgue la gracia que quiera. Nos sometemos incondicionalmente a su plan y aceptamos lo que nos dé, aunque le exponemos humildemente la necesidad de una gracia determinada sobre la que volvemos con insistente sencillez: confianza y entrega.

El irá modelándonos conforme a sus designios y la gracia peculiar al comienzo, recibirá su plena eficacia en nuestra transformación interior.

El Espíritu Santo quiere que empleemos nuestros esfuerzos, ayudados por él, para descubrir la gracia que necesitamos.

El se encarga, más de una vez, de purificar nuestra petición a lo largo de nuestro trato con Dios. "Pero esto no nos puede dispensar del esfuerzo inicial. No habiéramos conseguido nada si en lugar de una perezosa y quimérica atención, no habiéramos buscado con todas nuestras fuerzas; no habríamos recibido nada, si no habiéramos propuesto a Dios una materia en la que él se pudiera amparar para revelarnos sus dones.

Tal es el papel de la "gracia que se ha de pedir". Necesaria para fijar nuestro deseo espiritual y orientar nuestra oración Es como una vía de acceso al misterio de Dios. Fruto del esfuerzo humano que el Espíritu Santo esclarecía y sostenía ya, es absorbida, sin desaparecer, en las innumerables gracias que señalan el desarrollo de la verdadera oración.

6. M. Giuliani, Demander ce que jeveua eí desire, Cahiers de SpirituaJ Ignatienne, Supplements, 28,1991, 49-54.

Así, de día a día, el dialogo con Dios, se hace más lúcido: la meditación (o contemplación) de ayer nos ha esclarecido respecto de la gracia que hemos de pedir hoy, como el término de la meditación de hoy podrá servimos de punto de partida al de mañana. ¿No es cierto que Dios se revela con ocasión y en el seno de nuestros esfuerzos? ⁷⁻⁸

7. M. Giuliani, Vie chretienne, juin, 1958,21-24; cfr. Card. C. Martini, Itinerario espiritual del cristiano, 75-76; O. de Varine, "Ce que je souhaite el desire", Cahiers... n. 64,1991,273-275.

Transcribimos la bella imploración de San Simeón el Nuevo teólogo, llena de un fervor y de una intensidad poética no fácilmente supe-rabie, tal como, a su vez, la transcribe Y. Congar: "Ven, luz verdadera. Ven vida eterna, ven, misterio escondido. Ven, tesoro sin nombre. Ven realidad inefable. Ven, persona inconcebible. Ven facilidad sin fin. Ven, luz sin ocaso. Ven, espera inefable de todos los que deben ser salvos. Ven, despertador de los que están dormidos. Ven resurrección de los muertos. Ven, o poderoso, que siempre lo hace todo y lo rehace y transforma por tu solo poder. Ven, o invisible y totalmente intangible e impalpable. Ven tú que siempre permaneces inmutable y en cada instante eres mío todo entero y vienes a nosotros, dormidos en los infiernos, o tú sobre todos los cielos. Ven, o Nombre muy amado y repetido por todas partes, pero que nos está prohibido expresar su ser o conocer la naturaleza. Ven, gozo eterno. Ven, corona que no se marchita. Ven cintura cristalina y constelada de joyas. Ven, sandalia inaccesible. Ven, púrpura real. Ven, derecha verdaderamente soberana. Ven, tú el Solo al solo, puesto que tú ves que yo estoy solo. Ven tú que me has separado de todo y hecho solitario en este mundo. Ven, tú que eres Tú mismo en mi deseo, que me has hecho desearte, a ti absolutamente inaccesible. Ven, mi soplo y mi vida. Ven, consolación de mi pobre alma. Ven, mi gozo, mi gloria, mis delicias sin fin".

8. Cfr. el artículo verdaderamente iluminador de M. Giuliani: "Demander ce qui je veuz el desire", en: Supplements, n. 28, (Cahiers de Spiritualité Ignatienne), Quevec, janvier, 1991,49-54. Directoire por donner Jes Exercices. (Guide pedagogique et bibliographique du Centre de Spiritualité de Quevec).

A continuación es muy conveniente *leer*, con verdadero espíritu de fe, *el pasaje elegido* para orar sobre él. Nos encontramos ya metidos en la oración que se irá desarrollando de modos diversos, según la manera que hubiere, elegido y guía discreta del Espíritu.

D. Resumen abreviado:

Saber comentar

1. *Cahnarme:*

Romper con la distribución u ocupación anterior. Relajarme suavemente física y psicológicamente. Comenzar por la oración a la Trinidad: la señal de la Cruz.

2. *Delante de ALGUIEN:*

Acto de Fe, intenso detenido "delante de Alguien, de veras presente, y que realmente me escucha porque me ama" Ofrecer- todo el ser a Dios.

- No delante de un libro.

- Ni de un tema de oración.

- Ni de mí mismo, SINO DE DIOS, CREADOR Y SEÑOR.

3. *Leer con espíritu de fe el pasaje elegido.*

"Porque ésta es la esencia de la meditación o su fin: poner las condiciones para que algo pueda mover en mí, y pueda ejercer en mí su influjo.

4. *En espera de algo:*

Una atención más consciente a su persona; a su voluntad. Que entable un diálogo con su criatura e hijo: "Háblame, Señor..."

"Muéstrame tu rostro" "Ven, Señor Jesús"

En espera pacificante y confiada, aceptando el plan de Dios sobre mí en esta oración.

5. *Creer y confiar en la acción del 'Espíritu Santo..*

Sin prisas - el tiempo preciso y conveniente, dóciles a la moción interna.

Con el tiempo, esto, quizá, tome otro rumbo... que Dios actúe poderosamente desde el comienzo.

Tú estás aquí, Señor - LO CREO

Tú me ves - LO CREO

Tú me escuchas y hablas conmigo - LO CREO

Tú me amas... - LO CREO

PORQUE tú lo dijiste...

6. *Saber detenerse...*

"No el mucho saber..."

Apéndice: Ea colaboración del hombre en la obra de Dios:

La colaboración del hombre, su aporte personal imprescindible en la obra de Dios es de capital importancia. Se trata de un aspecto de esa difícil armonía entre naturaleza y gracia. Centramos en la comunicación con Dios. Es aplicable, no debe perderse de vista, a toda la obra de conversión y de santificación; a toda la vida espiritual.

C. Martini da una explicación orientadora que nos guía, al explicar los pasajes de la aparición de Jesús resucitado junto al lago de Genesaret:

"Traigan los peces que han pescado ahora" (Jn 21,10), y "vengan y coman" (Jn 21,17)

Se trata de los dos elementos creadores de comunión, y esta comunión puede ser la relación personal o comunitaria con Cristo por la oración; el trabajo apostólico, etc. Sin el don fundamental de Dios, sin su gracia, que previene, que acompaña... ningún medio técnico, ninguna aportación humana por grande que sea, puede obrar la comunión, introducimos en el trato con Dios, dar eficacia apostólica. La afirmación del Señor taxativa, no deja lugar a duda: "Sin mí, nada podéis hacer" (Jn 15,5). Ni las reuniones, discusiones, dinámicas, el trabajo de especialistas-, pueden, de por sí, producir algo que nos una a él, nos lleve a la unión con él, nos haga profundizar en su seguimiento.

Sin embargo, no obstante la verdad de esta afirmación, Jesús deja, por otra parte bien claro, la necesidad de la colaboración humana: "Traigan los peces que han pescado ahora". Jesús estimula la acción humana necesaria, la colaboración a través de todos los medios de la comunión ("las estructuras físicas y morales, los edificios, los salones de reunión, los campos deportivos, las estructuras de asociación").

Sin embargo, no podemos desorientarnos en asunto de tanta importancia: Estos medios, recursos, aspectos de la colaboración del hombre, están subordinados a la obra del Señor. Esta es primaria y fundamental. Jesús ha encendido el fuego, ha puesto su obra, pero quiere que se alimente con la colaboración del hombre.

Los dos elementos son necesarios, pero no igualmente: los dos entran pero uno de ellos tiene la primacía: el de Dios y a El se subordina el otro.

Por otra parte, los peces que los apóstoles llevan son también fruto del don. Han trabajado toda la noche y sin resultado. Sólo con la ayuda de Jesús logran llenar las redes. No hay motivo para que ellos se gloríen porque han pasado toda la noche sin pescar nada. "Es de ellos (porque lo han sacado) y al mismo tiempo no es de ellos: la colaboración humana es también don de Dios; dones de creación, de gracia, de tradición, de cultura, de Iglesia".

El proceder de Dios al pedir la colaboración del hombre es maravillosa: "Todo es don y en esa totalidad es importante distinguirla fuerza de comunión del Espíritu del Resucitado, que es lo esencial, y la contribución necesaria, integrativa de todas las realidades.

Dios quiere la colaboración del hombre, precisamente por la dignidad del hombre que es obra de Dios; pero debemos dar esta contribución humildemente, porque él así lo quiere; no debemos poner nuestra confianza en tal colaboración". Aquí, en esta realidad de una misma obra, fruto de dos elementos, aunque de naturaleza distinta y de diferente importancia, tiene cabida la exhortación de Jesús a evitar la preocupación excesiva, "puesto que el resultado final no depende de nosotros" (Mt 7, 24-34).

- El hecho de que el Señor, más de una vez, nos haga pasar por fracasos, amarguras, desilusiones... se debe a que hemos puesto una confianza desmedida en nuestro esfuerzo. Creímos que una preparación "esmeradísima" de la oración os iba a dar momentos de gozo inmenso con Dios en el trato filial de la comunicación. Que la preparación con todo detalle de nuestra exhortación iba a conmoverlos corazones hasta el arrepentimiento más profundo. Y llegamos a palpar que estos medios son instrumentos necesarios, pero no reside en ellos la fuerza de conversión, de ser iluminados y movidos interiormente.

- Quien sirve en una reunión de hermanos, quien se prepara para orar, con todo cuidado, quien estudia para ofrecer una explicación lúcida sobre Dios, quien organiza las estructuras... colabora en la obra de Dios. Pero debe estar muy claro sobre ello; no debe perderse en este campo en el que tantas veces hemos vagado errantes: allí está la exigencia de Dios a colaborar, pero no la fuente de comunión, de conversión, de progreso espiritual.

-Sobre el trabajo humano, hay que invocar la obra de Dios; hay que pedir la eficacia de la gracia, de la acción del Espíritu que utiliza nuestra aportación para introducir su gracia. Ella, en definitiva, es la que da eficacia a nuestra pobreza. Nuestra obra es como el altavoz, pero El es, quien realmente habla. Es capital llegar a captar bien la complementariedad existente entre ambos elementos, el divino y el humano; la primacía del divino, pero la necesidad del humano... Ello nos mantendrá en la humildad y responsabilidad armonizada y gozosa; en dependencia constante de Dios, de su Espíritu y en la responsabilidad de aportar lo "nuestro" que no podemos eludir. Y nos hará participar de la alegría de sentirnos colaboradores de una obra que siendo del Señor, recibe la colaboración humilde nuestra. Siendo El la fuerza y la fuente de la eficacia, contribuimos a ella porque El así lo quiere.