

17

**HABLAR CON DIOS. LA ORACION****Introducción**

El significado que tiene la oración en el conjunto de la vida de un cristiano nos enfrenta a un problema fundamental: el problema de la fe. Es indudable que cada uno reza según la imagen que tiene de Dios. Parodiando un famoso refrán podríamos decir: “Dime cómo rezas y te diré cómo es tu Dios”. La oración es el test de la fe. La actitud que, en concreto, cada cristiano adopta ante la oración es el dato más revelador de su propia comprensión de la fe en Cristo Jesús.

Nuestra fe es indisoluble de la búsqueda y del encuentro con el Señor. ¿Pero de qué forma práctica realizamos ese encuentro y esa búsqueda? ¿Espiritualismo o compromiso? La presente guía de estudio nos quiere ayudar a revisar nuestras formas de orar, que son nuestras formas de hablar con Dios y nuestra manera de acercarnos a El.

Objetivo

Encontrar el sentido y la importancia de la oración en nuestra existencia concreta como creyentes.

LA ORACIÓN: ¿ESPIRITUALISMO O COMPROMISO?

Para unos creyentes, gentes de porte conservador, “creer en Dios” equivale a comprometerse con algo que evoca fundamentalmente la referencia directa e inmediata a “lo espiritual”: la oración, el culto, las prácticas piadosas. Para otros, los hombres de mentalidad progresista, la fe es la categoría fundamental que les lleva, ante todo, a comprometerse con el mundo y con la vida. Unos y otros hablarán de la oración y de Dios, como también es cierto que hablarán de compromisos temporales y del amor a los hermanos. Pero es claro que el mayor acento y, a veces, hasta la división tajante que se establece entre ambas concepciones viene a situar exactamente a los hombres de una y otra generación. Cuando hay sacerdotes o laicos que se quejan de que tales personas viven refugiadas en su “espiritualismo” y en su “oración”, pero sin comprometerse con una presencia y una acción cristiana en el mundo, están reflejando exactamente el problema. Cuando, por el contrario, tales otros cristianos se quejan y hasta se escandalizan de los que quieren hacer del cristianismo una acción de tipo social y en ocasiones hasta político, están reflejando también esta misma gravedad de la actual situación.



Unos quieren que el sacerdote ideal sea el hombre “espiritual”, el hombre de la oración; para otros, el hombre de Dios es el hombre comprometido con los hombres y con el mundo. Unos dicen que por ese camino de compromisos temporales y de acciones políticas estamos desvirtuando el cristianismo, lo estamos vaciando de su contenido esencial; los otros protestan, a veces hasta con amargura, de que todo el montaje de la llamada “vida espiritual” no ha servido sino para alienar a la Iglesia, para alejar a los hombres de las exigencias concretas que les imponía el mandato fundamental del Señor: “amarás a tu prójimo”. He aquí el problema.

Así las cosas y desde este punto de vista, no es exagerado afirmar que la oración es el *test* de la fe. En cuanto que la actitud que, en concreto, cada hombre adopta ante la oración es el dato más directamente revelador de su propia comprensión de la fe en Cristo Jesús. Y hago hincapié en el aspecto particular de la actitud *concreta* y *práctica*. Porque en teoría nadie pondrá en duda la necesidad del recurso a Dios, la necesidad también del retiro y la reflexión. De una manera u otra, toda la Biblia insiste en ello. Jesús de Nazaret hizo oración retirada y frecuente en la soledad de los montes y de las noches. Y todos los hombres de Dios han sabido muy bien que su fe era indisoluble de la búsqueda y del encuentro con el Señor. Pero es que el problema no está en eso. El problema no está en la aceptación *teórica* de que el recurso a Dios y el diálogo con Dios es importante. El problema está en la realización *práctica* de ese recurso y de ese diálogo.

Sean cuales sean las ideas que cada uno pueda tener sobre esta cuestión, el hecho es que las dos tendencias o grupos, antes descritos, están perfectamente delimitados en la práctica: de una parte, los que ponen su acento fundamental y su empeño concreto en la oración, en la relación directa con Dios; de otra parte, los que se fijan, ante todo, en el compromiso con el mundo y con los hombres. Todo esto ya es de sobra conocido. Se trata ahora de buscar el sentido y la importancia de la oración en la existencia concreta de un creyente.

1. Originalidad de la oración cristiana

Antes he dicho que la oración es el *test* de la fe, en cuanto que la actitud que, en concreto y prácticamente, cada uno adopta ante la oración es el dato más directamente revelador de su propia comprensión de la fe en Cristo Jesús. A más de uno ha tenido que extrañar semejante afirmación. Porque suena a “espiritualismo” y a defensa cerrada de posturas inmovilistas y desencarnadas. Y así es en realidad, tal como esa frase se puede y se suele entender a primera vista. Y es que las quejas de los que propugnan un cristianismo más al día y más comprometido no están exentas de una profunda verdad. En efecto, el criterio decisivo que aporta el Nuevo Testamento para comprobar la autenticidad de la fe de una persona no es la oración, ni los sentimientos o las experiencias espirituales que esa persona pueda tener en momentos determinados. El criterio definitivo de la fe es la caridad, es la disponibilidad, es el servicio, es la existencia para los demás. Una caridad y un servicio que se traducen



en hechos tangibles y concretos. Una caridad, sobre todo, que realiza la justicia en el mundo. La insistencia de los autores del Nuevo Testamento es, en este sentido, indiscutible. Las exhortaciones de las cartas de san Pablo, las tesis de los escritos de Juan, repiten siempre y de mil maneras la misma argumentación: “Quien no ama a su hermano, al que ve, no puede amar a Dios, al que no ve. Y este mandamiento tenemos de él: que el que ama a Dios, ame también a su hermano” (1Jn 4, 20-21). San Juan muestra un evidente recelo ante toda mística que no se expresa concretamente en la actitud que un hombre adopta ante los demás. “A Dios nadie lo ha visto jamás; si nos amamos unos a otros, Dios permanece en nosotros, y su amor alcanza en nosotros su perfección” (1Jn 4,12).

No es la primera vez, en la historia de la Iglesia, que determinados errores y hasta aberraciones muy fuertes se han camuflado con apariencias de intensa espiritualidad. Cuando la fe cristiana se manifiesta en la incondicional aceptación y donación, en el amor verdadero a los otros, en el absoluto respeto a todos, en el servicio evangélico, entonces tenemos el criterio infalible de lo que vale una vida de oración. Pero aquí es donde reside precisamente la verdadera dificultad tal como aparece en la conciencia de muchos hombres de nuestro tiempo. No se trata ya simplemente de que, apoyados en estos argumentos, ellos digan que lo que hay que hacer es amar y servir a los demás (se haga o no se haga oración); es que ante la conciencia de muchos se impone el hecho aplastante de sacerdotes, religiosos y seculares que son fieles a la práctica de un tiempo determinado de oración y, sin embargo, con esa fidelidad coexisten una serie de posturas y actitudes que no se ven fácilmente conciliables con el espíritu del sermón del monte: hombres cerrados ante el hermano, incapaces de escuchar de verdad al otro, seguros de sí mismos y jueces de los demás, poco pobres y poco niños, bastante incapacitados, por consiguiente, para acoger y recibir el Reino. Es verdad que semejante actitud se debe, muchas veces, más que nada a determinados factores de tipo cultural y ambiental; porque no se puede negar la evidente buena voluntad de algunas personas. Pero, en todo caso, es innegable que de esta manera y por ese camino muchos hombres de hoy han venido a caer en una situación de desengaño y desconcierto fatales. Porque no se trata solamente del mal ejemplo que pueden dar determinados hombres representativos de la Iglesia. Es que aquí hay algo más grave: muchos hombres de hoy se sienten cada día más desconectados psicológicamente de los hombres y de las obras que encarnan la espiritualidad que tanto ha defendido la oración; ellos no ven en esos hombres el ideal humano, evangélico y sacerdotal que les pueda atraer eficazmente a vivir lo que se les predica; y, lo que es peor, ellos se dan cuenta de que esos hombres, en definitiva esa espiritualidad —porque la espiritualidad era el motor que les impulsaba—, han creado y mantenido unas obras, es decir, una acción pastoral que

aparece en muchos aspectos muy distante de las verdaderas exigencias del pueblo que sufre, de los pobres y oprimidos que son signo evangélico de la presencia del reino de Dios.

Vistas así las cosas, es claro que la oración no es ni puede ser el signo manifestativo de la fe cristiana, el *test* de un verdadero creyente. También el bonzo y el santón rezan, y quizá rezan mucho, a sus dioses. Por el solo hecho de que un hombre acuda e invoque a la divinidad o porque contemple el absoluto, no por eso podemos decir que ese hombre sea un creyente. El signo manifestativo de la fe cristiana es el amor, es el compromiso eficaz con los hermanos, es la vida evangélica.

Para comprender lo que acabo de decir hay que tener en cuenta que una cosa es el *fenómeno religioso* en su generalidad y otra cosa es el *hecho cristiano*. El fenómeno religioso brota del hombre, de la estructura metafísica del hombre mismo, que busca en Dios solución y respuesta; es un movimiento de abajo-arriba. El hecho cristiano brota de Dios, de la libre iniciativa de Dios, que busca al hombre; es un movimiento de arriba-abajo. El fenómeno religioso se expresa en la piedad individual y en el culto comunitario o público; el hecho cristiano se expresa en la fe. Y sabemos que la fe es la aceptación de Cristo en la vida entera, la aceptación de Cristo como norma decisiva en el conjunto de toda la vida, no sólo en los momentos aislados en que se expresa la piedad y el culto. San Pablo ha formulado de manera tajante que el hombre no se salva por la religiosidad, por la fuerza de su impulso en la busca de Dios, no se salva por el vigor de su piedad y su culto, por el cumplimiento exacto de unas prácticas o unos ritos. El hombre se salva por la fe, por el vigor del evangelio, que es el vigor y la fuerza de Cristo salvador.



A nadie se le oculta la gravedad de consecuencias que este planteamiento implica, si es que se toma sinceramente en serio. Porque, ante todo, viene a denunciar el mito de espiritualidad (falsa espiritualidad cristiana) que viven muchos cristianos. De hecho, es en la unión a Cristo, y solamente ahí, donde reside el verdadero problema y la verdadera originalidad de la oración cristiana. La más bella contemplación histórica, afectiva o estética de una escena evangélica no es necesariamente una oración cristiana. Tampoco lo es la más impecable liturgia, incluso si los participantes experimentan, en el transcurso de la ceremonia, el sentimiento vivísimo de la comunión eclesial. Tampoco incluso la meditación más profunda de las verdades cristianas. La oración no es verdaderamente cristiana nada más que cuando el creyente sale de ella con una fe, una esperanza y una caridad más intensas, es decir, decidido a vivir más sinceramente como hijo de Dios, comprometido con Jesús y con el evangelio (y por lo tanto con los hombres) con todas sus consecuencias.

Concluamos. Ni la capacidad orante en cuanto tal ni siquiera la práctica fiel de una oración alta puede distinguir a un cristiano. Es una equivocación, desgraciadamente muy extendida, el enjuiciar el grado de vivencia cristiana de una persona por su capacidad puramente contemplativa o incluso por cierta atracción mística. “Yo soy místico, proclamaba Nietzsche, y no creo en nada”. Ni la oración ni la piedad por sí salvan o santifican. Solamente salva y santifica la fe, que actúa por medio del amor (Gál 5, 6).

2. La oración, experiencia de la fe

Toda la vida cristiana arranca de la fe y se interpreta a partir de ella. Esto es perfectamente claro. Lo que no parece tan claro, al menos para muchos espíritus, es que la oración sea una expresión absolutamente necesaria e indispensable de la fe. Dicho de una manera más tajante, ¿se puede asegurar que no puede haber fe verdaderamente adulta sin oración? ¿Se puede decir que un hombre que se define creyente en Cristo, por más que se comprometa, no es tal creyente si no ora? ¿Se puede defender, por consiguiente, que fe cristiana y oración son absolutamente indisolubles y que por eso

toda presentación de la fe que prescindiera de la oración es sencillamente una adulteración de la misma fe? Aquí estamos tocando el centro del problema. Del problema de la fe y también de la oración.

Si es que somos sinceros y consecuentes con el planteamiento que de la fe hace el Nuevo Testamento, no podemos sino afirmar que en tanto hay vida de fe en cuanto que hay vida de oración. Es decir, la oración es la expresión de la intensidad de la fe en una persona. Oración cristiana y fe en Cristo son dos realidades que se aclaran y se expresan mutuamente. En efecto, la convergencia de dos datos fundamentales nos lleva a esta conclusión. No será difícil comprenderlo.

De una parte y ante todo está el planteamiento que el Nuevo Testamento y la teología moderna hacen de la fe. Aceptar la fe no es primordialmente aceptar un sistema de verdades y un conjunto de obligaciones, ni siquiera aceptar y comprometerse con un proyecto de realizaciones humanitarias o incluso trascendentes. Convertirse a la fe es convertirse a una persona, encontrar la fe es encontrar a



esta persona, aceptar la fe es aceptar esa misma persona. Creer es encontrar a Cristo. De ahí se deducirá todo lo demás, en cuanto a la aceptación de verdades y al compromiso con proyectos. Pero en la base de todo está el *encuentro personal*, noción clave para comprender lo que es el cristianismo. La teología moderna ha insistido en que la fe tiene una estructura personal.

El centro de la fe es la adhesión a Cristo resucitado, la vinculación, por consiguiente, al Señor como persona viviente hoy. Esta adhesión y esta referencia explican y justifican todo lo demás. Creer es entablar una relación de persona a persona.

Vengamos a lo concreto. Si tenemos en cuenta, por una parte, la estructura personal de la fe y, por otra, la fenomenología de todo encuentro y de toda relación interpersonal, tenemos que concluir que toda vivencia de la fe cristiana desemboca necesariamente en una experiencia de convivencia “yo - tú”. Lo cual es afirmar que desemboca en diálogo y en presencia, es decir, en oración. Habría que rehacer la fe y habría que rehacer al hombre mismo para que toda vivencia de verdadera fe cristiana no terminara en oración. Creer es co-realizar el evangelio. Pero el evangelio es Jesús el Mesías. Y entonces, precisamente por eso, creer es hacer lo que dice y hace el Señor; pero también e igualmente vivir el diálogo, la presencia, la confianza, el abandono en él. Vivir intensamente la fe es vivir intensamente la oración.

Así las cosas, habrá que preguntarse y reflexionar sobre la significación del compromiso y la fe tal como muchos lo plantean hoy. Creer es comprometerse. Pero *¿con qué?* *¿Con un proyecto o con una persona?* La cuestión es actualísima. Porque no es infrecuente el caso de hombres que, en nuestro tiempo y en nuestra Iglesia, se entregan con una buena voluntad desconcertante a la realización de los valores más puramente evangélicos, en la encarnación con los pobres y oprimidos, en la defensa de la justicia y la libertad, en la superación de toda estructura de pecado. Y hacen todo eso por la fe, porque creen en Cristo. Pero de tal manera que al mismo tiempo, y haciendo todo eso, no sienten en absoluto la necesidad de orar; hablar de oración es hablar para ellos de alienación espiritualista, de evasión del verdadero compromiso, de afincamiento en posturas trasnochadas, de fuga; en definitiva, del verdadero evangelio que ellos han descubierto ahora. Y uno se pregunta: *¿Se han comprometido con Cristo o se han comprometido con un proyecto?* *¿Han hecho de Cristo un proyecto o lo miran como persona?* Ésta es la cuestión clave que tenemos que afrontar y resolver cuando se trata del problema de la oración. En el asunto de la fe hay que ir a lo esencial. No basta comprometerse con unos ideales. Creer es comprometerse con Cristo el Señor.



PARA PROFUNDIZAR

- Tratar de interpretar las dos posiciones de las que habla el texto en relación a la oración (espiritualismo – compromiso).
- ¿Cómo entender la frase última del autor: *Crear es comprometerse con Cristo el Señor?*

PARA COMPARTIR

- ⇒ Como cristiano, ¿qué relación establezco entre mi fe en Dios y mi vida de oración?
- ⇒ ¿Y de qué forma se armoniza mi fe en el Señor y la forma o el estilo de orar?
- ⇒ Traten de ahondar en estas expresiones de nuestras Constituciones:



- “La oración es para nosotros una necesidad absoluta. No se limita a los ejercicios de piedad, ni se identifica con el trabajo apostólico: es presencia y comunión con Dios, que se hace más cercano cuando atendemos a los demás” (77).
- “En la meditación, encuentro personal con el Señor, aprendemos poco a poco a contemplar con mirada de fe nuestra vida, las personas y los acontecimientos. Encontramos en ella inspiración y aliento para continuar la acción a la que Jesús nos llama. A su vez, la acción nos lleva de nuevo a la oración, que recoge así las penas y alegrías, las angustias y esperanzas de quienes pone Dios en nuestro camino” (71).

PARA ORAR

- Orar con **Mat. 7, 7-11**: Proclamar y comentar.
“Pidan y se les dará; busquen y hallarán; llamen y se les abrirá. Porque todo el que pide recibe; el que busca halla; y al que llama, se le abrirá. ¿O hay acaso alguno entre vosotros que al hijo que le pide pan le dé una piedra, o si le pide un pez, le dé una culebra? Si, pues, vosotros, siendo malos, sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, ¡cuánto más vuestro Padre que está en los cielos, dará cosas buenas a los que se las pidan!” .
- **Oración de Charles de Foucauld**:
Padre, mío, me entrego en tus manos; hazme de mí lo que quieras; sea lo que sea te lo agradezco. Gracias por todo; estoy dispuesto a todo; lo acepto todo; te agradezco todo. Con tal que tu voluntad se haga en mí y en todas tus criaturas, en todos aquellos que tu corazón ama, no deseo nada más, Dios mío. Me entrego en tus manos sin medida, con infinita confianza, porque Tú eres mi Padre.



Encontrar a Dios en la vida

He aquí un cuento de Rabindranath Tagore:

«Señor, el santo Narottam nunca se digna venir a tu templo real —dijo al Rey su siervo—. Si fueras a la arboleda del camino, verías la gente atropellarse para oírle cantar las alabanzas de Dios, como enjambres de abejas alrededor de un loto blanco. ¡Y el templo, en tanto, está vacío; sin servicio el dorado tarro de miel!»

El Rey, mortificado en su corazón, se fue al campo donde Narottam oraba sentado en la hierba, y le dijo: “Padre, ¿por qué te sientas en el polvo del campo para predicar el amor de Dios, y no vas al templo de la cúpula de oro?”

“Porque Dios no está en tu templo”, respondió Narottam.

El Rey, enfadado, dijo: “¿No sabes que se gastaron veinte millones de oro en levantar la maravilla; que fue consagrado con los más costosos ritos?”

“Sí, contestó Narottam, lo sé. Fue en aquel año en que el fuego devastó tu pueblo, y millares de pobres vinieron en vano a pedir a tu puerta. Decía Dios: ‘¡Miserable ser que no puede dar casa a sus hermanos, y quiere levantar la mía!’ Y se fue con los desvalidos, bajo los árboles del camino. Esa pompa de oro que tú dices no tiene dentro más que el vaho caliente de tu orgullo”.

Lleno de ira, el Rey le gritó: “¡Vete de mi reino!”

El santo le respondió, tranquilo: “Sí, me destierras a donde desterraste a mi Dios”.

El cuento de Tagore ilustra muy bien una tentación constante del hombre religioso: buscar a Dios al margen de la vida. La división de la realidad en dos ámbitos, el sagrado y el profano, hizo posible esa tentación. Hay en el mundo lugares, personas y tiempos sagrados en los cuales Dios espera al hombre. Los restantes lugares y tiempos son profanos y en ellos el hombre se encuentra sólo con otros hombres. Más aún: con no poca frecuencia se iba al templo para llevarle al «dios» toda clase de ofrendas con el fin de que se encuentre a gusto en su interior y no se le ocurra salir a la vida, desasosegando a sus devotos.

Los profetas del Antiguo Testamento fueron muy enérgicos al condenar esa separación de la religión y la vida. Su mensaje, en resumen, venía a decir: sólo tiene derecho a buscar a Dios en el ámbito de lo sagrado quien se portó bien con su hermano en el ámbito de lo profano.

«Yo detesto, desprecio vuestras fiestas, no me gusta el olor de vuestras reuniones solemnes. Si me ofrecéis holocaustos., no me complazco en vuestras oblaciones, ni miro a vuestros sacrificios de comunión de novillos cebados. ¡ Aparta de mi lado la multitud de tus canciones, no quiero oír



la salmodia de tus arpas! ¡Que fluya, sí, el juicio como agua y la justicia como arroyo perenne!» (Am5, 21-24).

Pero la verdadera revolución vino con Cristo. Ahora desaparece la raíz misma de la tentación: la división del mundo en un ámbito sagrado y otro ámbito profano.

Lo sagrado y lo profano no son fragmentos excluyentes del tiempo y del espacio, sino que *todo es profano, y a la vez, todo es sagrado*: profano para quien ve las apariencias externas, y sagrado para quien penetra en su profundidad.

Vistas las cosas desde Dios podríamos decir que no se deja encerrar en determinados espacios o tiempos. Quiere estar en el centro de la vida. Vistas las cosas desde el hombre podríamos decir que para el creyente no hay nada profano (aunque puede haber cosas profanadas).

PARA NUESTRA REFLEXION Y ORACIÓN

⇒ Reflexionar sobre nuestras dicotomías en la fe.

¿Cuál es nuestra experiencia de encuentro con Dios en la vida (familia, trabajo, acontecimientos...)?

⇒ Orar con algún acontecimiento vivido en la semana

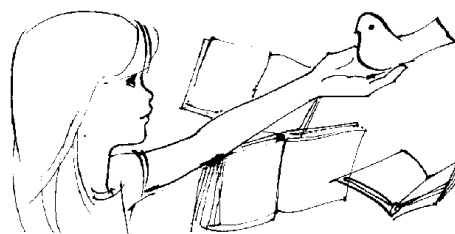
⇒ Oración final:

Motivación:

Jesús viene siempre.
No es fácil descubrir su presencia.
Su paso es discreto, su rostro
escondido en el del hermano.

Viene de día y de noche.
En el trabajo y en los encuentros.
En las cruces y en la espera.
No se le puede programar.

Para verlo se necesitan
ojos especiales: la fe.
Hay que ver más allá
del opaco cotidiano,
ver en la historia de gente
como nosotros.
El viene a ella.



*Danos, Padre,
ojos para verte en el Hijo.
Para verte con El
en nuestra vida pobre y simple,
entre los defectos, los gozos y
las esperanzas.*

*Revélanos tu amor en lo que somos
y danos la disponibilidad
de María para acoger tu Palabra,
que nos muestra tu rostro
de amor hacia nosotros.*

*Llena el vacío de nuestra pobreza
con la luz que nos permite verte.*

*Madre de la vida,
ayúdanos a recibir en el corazón al
Dios de la vida.*



DIVERSOS MODOS DE ORAR PERSONALMENTE

Hay una opción previa y absolutamente obvia: *para hacer oración hay que querer hacerla*. "Quien tiene un porqué sabe encontrar el cómo" (V. Frankl). Se requiere nuestra voluntad, esfuerzo y decisión que hay que renovar a menudo. Quiero encontrarme con el Señor, para ello tengo que salir de mí mismo y ponerme en marcha. Orar es una peregrinación hacia mi interior y hacia el proceso de la historia de los hombres y mujeres de mi mundo. Aquí tienes unas sugerencias que puede que ya conozcas o no. La lista podría ser muy larga pues, en el fondo, no hay modos de oración sino personas que oran y aprenden unas de otras a través de las mediaciones concretas que nos ayudan a dirigirnos al Padre.

1. Ofrecer el día. Se trata de ofrecer, desde por la mañana, todo mi día a Dios: mis obras, mis sentimientos, mis ocupaciones, mis relaciones, mis valoraciones. En el fondo es un ponerse a disposición del Señor durante una unidad de tiempo, como puede ser un día. Es como el ofertorio de una Eucaristía que *celebro* en el mundo durante el día. Un espacio de tiempo que se abre como una gran posibilidad de incorporarme al seguimiento de la persona de Jesús. Caminar, como Él, "haciendo el bien" (*Hch 10,38*) es conocer y vivir la misma experiencia del Señor entre la gente. Con



Él, que se *parte* en trozos para darse a todos en la comunión, nos vamos ofreciendo al Padre para ser alimento y vida. Este tipo de oración se puede hacer en un momento de recogimiento al levantarse, pero también por la calle, en el carro o en el autobús, con oraciones dichas de memoria o con expresiones espontáneas.

2. Mirada a la realidad durante el día. Durante el día pasan a nuestro alrededor un sinnúmero de pequeñas y grandes cosas. Situaciones de alegría, de gozo, de dolor, de injusticia, rostros, relaciones, momentos de amistad y de compañerismo, de marginación o de comunión. Todo ello nos ofrece un material muy valioso para entrar en comunión con el Señor. Puede ser bueno retener -o quizás anotar- algunas de estas situaciones y, así pedir perdón, dar gracias, ofrecer, etc.

3. Mirada al Cielo. Conviene que el creyente mire, de vez en cuando, más allá de sí mismo y de la realidad presente y entre en comunión con el Dios que está no sólo en el *más acá* sino también en el *más allá* de la historia. Este más allá relativiza nuestro presente y lo lanza a la esperanza, que sabe restar importancia con humor a aquello que está viviendo y así lo va situando en una historia de salvación y de alianza. Tiene como fundamento al Señor resucitado. Para ello conviene, de vez en cuando pararse, crear silencio interior, y establecer una cierta complicidad interna con el Señor que nos va acompañando en nuestra vida.

4. Presencia de símbolos. A veces observamos que hay personas que llevan fotografías de la familia en el carro, o las tienen encima de la mesa de trabajo, o en la cartera. Durante el día las miran, evocan su presencia y eso les ayuda a seguir adelante en la ruta o en el trabajo. No podemos olvidar que somos

seres simbólicos y por esta razón nos ayudan aquellos objetos que evoquen y hagan presente una realidad que el mismo objeto nos recuerda. Podemos tener cerca objetos, fotografías, piezas de música, cuadros, etc., que nos hablen de Él o rostros que nos recuerden su presencia que se va realizando en nosotros y en los demás.

5. Oraciones hechas. Muchas veces despreciamos las oraciones ya hechas – rosario, plegarias, etc.-, porque nos parece que son actos rutinarios, poco espontáneos o poco sinceros. Sin embargo la oración hecha nos abre a una relación con Dios que nos libera de la constante reflexión y nos pone en relación afectiva con el Señor. A veces estamos cansados, nos cuesta reflexionar, preparar un texto o leer. Entonces es un momento excelente para usar una plegaria hecha, un canto, etc. Este tipo de oración hace que nos apoyemos en la letra y descansemos en ella. Lo importante no es pensar mucho, ni siquiera reflexionar, sino tomar conciencia de que Dios está muy cerca. La oración hecha nos acerca al pueblo de Dios, es la oración del pobre, a quien no le salen las palabras y se apoya en la palabra de otros.

6. Escribir. Dios habla en nuestra vida y nos dice constantemente: «Te quiero y te necesito para cambiar este mundo». La oración nos hace tomar conciencia de este mensaje cariñoso y a la vez exigente. El problema está en que, a menudo, detectamos las mediaciones a través de las cuales el Señor se expresa. Escribir aquello que vivo por dentro, anotar vivencias o experiencias, copiar textos evangélicos, formular deseos e inquietudes nos puede ayudar a descubrir cómo se concreta este mensaje en medio del bosque de nuestra vida. Leer y releer lo que hemos escrito nos libera de la vivencia de la última hora y nos abre a un discernimiento constante de aquello hacia donde tengo que dirigirme.



7. Orar antes y después de los acontecimientos. Siempre es bueno antes de asistir a una reunión, o de ver a alguien con quien tenemos que tratar algo importante, o cualquier otra situación, orarla. De este modo pedimos fuerza al Señor para hacer su voluntad; que en aquello en lo que voy a ser actor o protagonista del Reino de Dios se haga presente; que no me deje llevar por mi egoísmo. y al final, dar gracias, pedir perdón, reconocer la presencia del Espíritu o constatar delante de Dios mi impotencia para descubrirle. Este tipo de oración se hace, de hecho muy a menudo, pero se vincula a pedir fuerzas para que las cosas me salgan bien.

8. Oración sobre la vida. Al final del día podemos paramos y durante un espacio de un cuarto de hora realizar la oración sobre la vida. Un esquema posible es el siguiente:

- Relajarme, serenarme y reconocer la presencia de Dios en mi vida.
- Dar gracias por todo aquello que recibo, incluso por aquellos fracasos que tanto me enseñan.
- Recorrer brevemente el día. Rememorar las miradas a la realidad y agradecer, pedir perdón o contemplar lo vivido.
- Renovar mi alianza con el Señor. Recordar que “Él nos amó primero” (1 Jn 4, 19). Esta oración es muy útil y puede hacerse siempre que terminamos una unidad de tiempo: un día, una semana, un acontecimiento. Se trata en el fondo de reconocer y acoger la acción de Dios en mí y en la historia. Y de este modo ir unificando mi vida desde el Evangelio de Jesús.

PARA REFLEXIONAR Y COMPARTIR

- Alguna frase o idea que les ha llamado positivamente la atención sobre la oración personal.
- Influidos por los filósofos de la Sospecha – Marx, Nietzche, Freud-, hay gente que piensa que dejar que Dios ocupe el centro de la propia vida priva a la persona de libertad y la hace infantil o cobarde. Valoren esta postura, pensando en la oración
- Dificultades que tenemos en este momento de nuestra vida para rezar: ¿Qué hacemos para superarlas?
- ¿Hemos vivido alguna experiencia concreta de encuentro con Dios? ¿Qué consecuencias ha tenido?
- ¿Qué modo de oración personal, de las indicadas en la alternativa C, hacen más frecuentemente, y cuáles menos. Indiquen los motivos.

ORACION

+ *Terminar con una oración espontánea de lo que el Señor nos haya inspirando en el encuentro.*

