

6. Pautas para la oración personal durante la semana:

* Intenta hoy hacer «lectura meditada». Comienza pidiendo la ayuda del Espíritu. Lee despacio. Cada vez que una línea te choque, deja de leer. Intenta hacerla tuya. Ilumina con ella un trozo de tu vida. Salta desde ella a la súplica, al agradecimiento o la alabanza. No leas mucho. Esa lectura sólo te servirá en cuanto te haga amar más al Señor. En cuanto lo logres, déjala.

* Dedicar un rato a escuchar amistosamente a tu cuerpo. Hazte consciente de lo que te dice a través de tus sensaciones de cansancio, dolor, armonía, inquietud. Escucha esas sensaciones sin rechazarlas ni razonar sobre ellas. Descúbrete alegre o triste; abrumado de trabajo o descansado. Lleno de ganas de hacer algo por Dios o desganado. Apoyado por otros o perseguido por algunos. También por medio de tu cuerpo Dios se comunica contigo.

* Ponte hoy a la escucha del Señor a través del Magisterio de su Iglesia. Algo habrás leído u oído últimamente que preocupa a la Jerarquía. Ora desde este sentimiento. Desde esta constatación.

* Preocúpate hoy de escuchar a la gente; en tu misma casa, en tu trabajo. Párate, pierde el tiempo con ellos. Si orar es abrir tu puerta a Dios, también lo será abrírsela a tus hermanos. Sobre todo a los niños, a los ancianos, a los solos...

* Abre el oído y escucha los acontecimientos que pasan en el mundo. Escúchalos desde el corazón de Dios ¿Qué te dice a través de ellos?

* ¡Escucha, Israel! Es la advertencia más repetida en el Antiguo Testamento. Así se dirigía el Señor a su Pueblo. Piensa la de veces que te habrá dirigido también a ti esas palabras y los motivos concretos por los que no escuchas. “¡Cuántas veces el ángel me decía: alma, asómate ahora a la ventana! verás con cuánto amor entrar porfía. Y cuántas, hermosura soberana, mañana le abriremos, respondía, para lo mismo responder mañana” (Lope de Vega).



ORAR ESCUCHANDO

1. Orar es saber escuchar

Nuestro Dios no es hermético, lejano, silencioso.. “Dios es Amor”, dice S. Juan, y el amor es comunicación, diálogo, palabra cercana y entrañable que se nos ha dicho en Jesús.

Tenemos que aprender el lenguaje de Dios, hay que caminar con la atención vigilante de quien sabe que Él habla en la escritura y en la liturgia, en el periódico y en el hermano, en el tráfico de la ciudad y en el secreto del propio corazón.

Cuando descubrimos en nuestro interior la relación personal con Dios se inicia un proceso de comunicación a través de muchas formas de oración. Una de estas maneras es “orar escuchando”.

Entre Dios y nosotros hay una relación viva de hijos de Dios con su Padre, infinitamente bueno, con su Hijo Jesucristo y con el Espíritu Santo (cf. CCC 2565). Y en esa relación hay que aprender el lenguaje de Dios. Reconocer dónde y cómo Dios nos habla, saber escuchar.

La oración es ante todo un encuentro de persona a persona. Un encuentro está hecho de deseo y comunicación. De miradas, palabras que decimos, palabras que escuchamos, sentimientos, silencio,...

Aprender a orar escuchando es entrar por el camino del discípulo que desea seguir a Jesús. Los Evangelios nos dan a conocer a Jesús de Nazaret unido profundamente al Padre, en íntima comunicación con El, a la escucha de su voluntad. Esta intimidad con Dios la cultiva a través de la oración (Mc. 1, 35; Lc. 4, 42).

Orar es escuchar a Dios que nos ha hablado en Jesucristo, conversar, entrar en contacto con el Padre, como lo hizo Jesús. El Espíritu Santo, que nos habita, es el que nos inicia a la oración. El Espíritu nos impulsa a buscar la comunicación para ser uno con Dios. Estamos hechos para la comunión con Dios que:

- es Padre, Hijo y Espíritu Santo;
- nos creó por el puro amor que nos tiene;
- nos invita a corresponder a ese amor y nuestro corazón no descansará hasta lograrlo.

Orar escuchando es aprender el arte de acoger el Plan de salvación que Dios tiene para cada uno de nosotros/as. La voluntad divina -sus planes- se nos manifiesta a través: de la Palabra revelada -la Biblia-; el Magisterio de la Iglesia; de los signos de los tiempos; y de cuanto nos acontece en la propia vida.

3. Escuchar la Palabra es saber «prepararle el terreno»

La parábola del Sembrador (Mt 13, 1-9). Es el lugar donde cae la semilla, el factor que determina su rendimiento o no. Cuando oremos preparemos nuestro terreno. Sta. Teresa decía que todo orante «debe ganarse a sí para sí». Solemos estar dispersos. Solemos de volver a conquistar vista, oído, cuerpo, imaginación. Sobre todo en los comienzos.

4. Escuchar la Palabra es reconocer que emite en una vida que sólo con la ayuda del Espíritu seremos capaces de captar

Los Apóstoles no sólo conocían el Evangelio, sino que lo habían protagonizado. ¡Y no entendieron nada... hasta que llegó sobre ellos el Espíritu Santo!

Antes de leer la Palabra, pidamos su luz. Para no leerla ni escucharla al estilo de otras lecturas. Para no acercarnos con sentidos críticos, dogmáticos, etc.

Para intentar descubrir en ella la voluntad del Señor sobre nosotros. Antes de leerla invocar la presencia del Espíritu Santo: ¡Ven, Espíritu de Dios, sobre mí...!

4. Escuchar la Palabra es «saber leerla»

Cada lector en privado y, sobre todo, en grupo, debe, concientizarse de que es una especie de «sembrador».

Cada semilla hay que depositarla en la tierra de la forma y en la cantidad precisa. Por eso, al leer, debemos cuidar de hacerlo «despacio», «con frases breves», y ajustándonos a «un tono de voz apropiado» al tipo de texto que leemos.

5. Escuchar la Palabra es saber «acogerla»

La Palabra, como la simiente, es como un niño que precisa de todos los cuidados para que se arraigue en la vida y crezca. Proponemos un método sencillo para lograrlo:

- a) Una vez escuchada, repitamos trozos de esa Palabra en nuestro interior...
- b) Pasémosla, luego, a nuestro corazón, intentando sintonizar con los sentimientos que tuvo, por ejemplo Cristo, en el momento de pronunciarla...
- c) Deja que esa Palabra recorra todos los rincones de tu vivir, sobre todo, los más resecos...
- d) Esa misma Palabra que Dios nos ha dicho, devolvámosela a El. Entablemos conversación amistosa con El, a propósito de ella. Como hizo la Samaritana...
- e) Hasta llegar, si es posible, a un momento de oración contemplativa, en que tan sólo Le miremos y nos sintamos mirados; en que nos quedemos amando al Amado...