

# **Cuadernos 8: En el camino del amor/Al tiempo de la oración**

## **AL TIEMPO DE LA ORACIÓN**

Jesucristo, hijos míos, nos da ejemplo y nos enseña a hacer oración. Se retiraba de los que le seguían, en una ocasión hasta por cuarenta días consecutivos, e invocaba a su Padre. Y eso siempre: antes de los grandes milagros y durante el caminar presuroso de aldea en aldea; antes de sufrir la Pasión y durante todos aquellos tormentos de su muerte. ¿Veis cómo procura que los evangelistas nos hablen de su oración a Dios Padre? 1.

El Evangelio nos cuenta que, en cierta ocasión, el Señor, de madrugada, todavía muy oscuro, se levantó, salió y se fue a un lugar solitario, y allí oraba 2. Y comenta nuestro Padre: me conmueve esa premura -de madrugada, hace notar San Marcos- para dialogar con el Padre Eterno .y confiarle la labor de almas de todo un día que comienza (...).

No tenemos otro remedio. Ante cada jornada que iniciamos para trabajar junto a Cristo, para atender a las almas que le buscan, no nos queda otro camino que acudir al Señor: solamente en la oración aprenderemos a servir a las almas 3.

## **La oración mental**

En los ratos de meditación, tratamos de ponernos en presencia de Dios para entablar un diálogo con El, separándonos de las restantes

-53-

ocupaciones de la jornada. Es el ejemplo que siguieron los Apóstoles y los primeros cristianos, el que han imitado siempre -a lo largo de veinte siglos de historia de la Iglesia- quienes desean vivir junto al Señor.

Al narrar la curación del cojo de nacimiento, la Sagrada Escritura señala que los Apóstoles Pedro y Juan subían al Templo para la oración de la hora nona 4. Pedro recibe la indicación de predicar el Evangelio a los gentiles mientras estaba en la azotea de la casa de Simón el curtidor, en Joppe, haciendo la oración 5. De los primeros cristianos, está escrito que perseveraban asiduamente en la doctrina de los Apóstoles y en la comunión, en la fracción del pan y en las oraciones 6. San Pablo pasa una noche entera en la cárcel de Filipos alabando a Dios 7; y en la tormenta que hará naufragar su nave tampoco abandonará la oración, que pondrá en salvo a todos 8.

No hay otra manera de ser cristianos. Tú y yo -repetía nuestro Padre- queremos alcanzar la santidad: para eso hemos venido al Opus Dei. Y para eso es necesario que nos identifiquemos con Cristo, que nos revistamos de Cristo: induimini Dominum Iesum Christum! (Rom. XIII, 14). Todos hemos de ser ipse Christus, hijos de mi alma: el mismo Cristo; pero cada uno tiene que ver cómo se pone ese vestido de que habla el Apóstol; cada uno, personalmente, tiene que dialogar con el Señor (...).

Por tanto, ¿qué haremos tú y yo (...)? Tratar mucho al Señor, buscarle, como Pedro, para tener una conversación íntima con El. Fíjate bien que digo conversación: diálogo de dos, cara a cara, sin esconderse en el anonimato. Necesitamos de esa oración personal, de esa intimidad, de ese trato directo con Dios Nuestro Señor 9.

A lo largo de todo el día podemos y debemos procurar este coloquio con Dios. Pero, especialmente, durante los ratos previstos en nuestro plan de vida que dedicamos a la meditación, se enciende y se alimenta el fuego para ser durante el resto de la jornada eficaz y verda-

ramente contemplativos. ¿Santo, sin oración?... -No creo en esa santidad 10. Tu vida de apóstol vale lo que vale tu oración 11.

No hay en la Obra recetas prefabricadas para hacer la oración, ni un sistema único, porque los hijos de Dios no necesitan un método, cuadriculado y artificial, para dirigirse a su Padre 12: cada uno debe encontrar su modo específico, a la medida de las necesidades de su alma. No señalo cómo ha de hacer cada uno la oración: eso es algo muy personal, nos decía nuestro Fundador. Y añadía: sólo os doy unas indicaciones generales; luego, cada uno sigue su camino propio, distinto del de los demás. Y esta diversidad no es obstáculo al hecho cierto de que todos tenemos el mismo espíritu, y andamos por el mismo camino 13.

Entre estas indicaciones generales, que vienen bien a todos, está el consejo de tratar la Humanidad Santísima del Señor. Jesucristo es perfectus Deus, perfectus Homo. Usa tu cabeza humana en el trato con El, porque no podemos utilizarla ni como un ángel ni como una bestia, ya que no somos ni lo uno ni lo otro. ¡Somos hombres! 14. La oración mental o meditación exige poner en juego -bajo el impulso de la gracia- todas las potencias, pero sobre todo la inteligencia y la voluntad. Para facilitar la oración, conviene materializar hasta lo más espiritual, acudir a la parábola: la enseñanza es divina. La doctrina ha de llegar a nuestra inteligencia y a nuestro corazón, por los sentidos 15.

Es éste el modo ordinario de tratar con Dios en la oración mental. Cuando empiezas esa meditación, frecuentemente -dependerá de muchas circunstancias- te representas la escena o el misterio que deseas contemplar; después aplicas el entendimiento, y buscas enseguida un diálogo lleno de afectos de amor y de dolor, de acciones de gracias y de deseos de mejora. Por ese camino debes llegar a una oración de quietud, en la que es el Señor quien habla, y tú has de escuchar lo que Dios te diga 16.

Para llegar a esa conversación sin palabras, cuando Dios la conce-

de, lo habitual es perseverar durante años en el esfuerzo por entablar y mantener el diálogo de la oración, pugnando contra las distracciones y los otros obstáculos, y recurriendo a industrias humanas. Incluso cuando éstas sean menos necesarias, habrá que seguir poniendo otros medios, porque sólo en el Cielo la contemplación de Dios será continua y perfecta.

Muchas veces podrá ser útil la consideración reposada, sin prisas, del Padrenuestro o de la misma oración preparatoria, que nuestro Padre nos enseñó. ¡Hay en esas palabras tantos motivos para fomentar la presencia de Dios!

Decidle: Señor mío y Dios mío, creo firmemente que estás aquí, para escucharme. Está en el Tabernáculo, realmente presente bajo las especies sacramentales, con su Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad; y está presente en nuestra alma por la gracia, siendo el motor de nuestros pensamientos, afectos, deseos y obras sobrenaturales. No imagináis con qué sosiego para mi alma añadí unas palabras, que me venían muy bien y que han servido mucho a todos, a la vuelta de los años: ¡que me ves, que me oyes!

Enseguida, el saludo, como se acostumbra a hacer cuando conversamos con una persona en la tierra. A Dios se le saluda adorándole: ¡te adoro con profunda reverencia! Y si a esa persona le hemos ofendido alguna vez, si le hemos tratado mal, le pedimos perdón. Pues, a Dios Nuestro Señor, lo mismo: te pido perdón de mis pecados y gracia para hacer con fruto este rato de oración, de conversación contigo. Y ya estamos haciendo oración, ya nos encontramos metidos en la intimidad de Dios.

Pero, además, ¿qué haríamos si esa persona principal, con la que queremos charlar, tiene madre, y una madre que nos ama? ¡Iríamos a buscar su recomendación, una palabra suya en favor nuestro! Pues a la Madre de Dios, que es también Madre nuestra .y nos quiere tanto, hemos de invocarla: ¡Madre mía Inmaculada! Y acudir a San José, el padre nutricio de Jesús, que también puede mucho en la presencia de Dios: ¡San José, mi Padre y Señor! Y al Angel de la Guarda, ese príncipe del Cielo que nos ayuda y nos protege... ¡Interceded por mí!

Una vez hecha la oración preparatoria, con esas presentaciones que son de rigor entre personas bien educadas en la tierra, ya podemos hablar

-56-

con Dios. ¿De qué? De nuestras alegrías y nuestras penas, de nuestros trabajos, de nuestros deseos, de nuestros desalientos y nuestros entusiasmos... ¡De todo!

También podemos decirle, sencillamente: Señor, aquí estoy hecho un bobo, sin saber qué contarte... Querría hablar contigo, hacer oración, meterme en la intimidad del Corazón de tu Hijo Jesús. Sé que estoy junto a Ti, y no sé decirte dos palabras. Si estuviera con mi madre, con aquella persona querida, les hablaría de esto y de lo otro; contigo, no se me ocurre nada.

¡Esto es oración, hijos de mi alma! Permaneced delante del Sagrario, como un perrito a los pies de su amo, durante todo el tiempo fijado de antemano. ¡Señor, aquí estoy! ¡Me cuesta! Me marcharía por ahí, pero aquí sigo, por amor, porque sé que me estás viendo, que me estás escuchando, que me estás sonriendo 17.

## **Dificultades en la oración**

Uno de los obstáculos más frecuentes en la oración son las distracciones. La memoria se pone en movimiento, la imaginación hierve de imágenes, que arrastran. A veces, a duras penas se pueden dominar. Mas lo importante es mantener viva la decisión de estar delante de Dios; no caer en un monólogo consigo mismo, o con interlocutores extraños. En ocasiones, más que esforzarse por apartar aquello que distrae, será conveniente seguir el consejo de nuestro Padre: si las distracciones son sobre personas o cosas buenas, pide al Señor que te dé las virtudes de esas personas buenas. Si se trata de asuntos indiferentes o de gente que hace cosas malas, pide al Señor que les ayude a salir de la indiferencia o de la maldad. Así aprovechas el tiempo, haces oración y una gran obra de caridad 18.

La fantasía y la memoria han de ponerse al servicio de Dios en la meditación. Necesitamos la imaginación. Nos sirve, y mucho, en bastante.

-57-

Hijos míos, si el Señor nos da una devoción suave, sensible, y suspiramos como una viejecita en las tinieblas del rincón de una catedral, pues ¡bendito sea Dios! Pero si nos trata como a personas hechas y derechas, si en la oración no nos salen afectos ni propósitos, si nos encontramos secos como un pozo sin agua, hemos de perseverar lo mismo, diciéndole con sencillez todo lo que nos ocurre, lo que tenemos en el corazón 28.

Es el momento de ejercitar la fe, la esperanza y el amor; de demostrar con hechos nuestros deseos de saciarnos de esas aguas vivas que El nos ha prometido. Como la samaritana, habrá que decir: Señor, dame de esa agua 29.

A veces ese esfuerzo por beber, por llegar hasta la fuente, por tratarle, puede costar, pero no os desaniméis: ese esfuerzo, si es verdadero, ya es amor, ya es perseverancia, ya es fidelidad 30. En cualquier caso, no hay que abandonar la oración. El demonio quiere que la dejemos para que el alma no tenga alimento, para que esté floja y débil y, en lugar de ocuparse de las cosas de Dios, se desvíe a las cosas del barro 31.

Hay que estar precavidos. El peligro que nos acecha, cuando al escribir no salen las líneas rectas, es decir: ¡fuera la pauta, fuera la falsilla! ¡Fuera la oración! Rechazad enseguida esa tentación, hijos de mi alma, que es de las más diabólicas. Hemos de ser almas contemplativas, y para eso no podemos dejar la meditación.

Sin oración, sin meditación, sin vida interior no haríamos más que el mal. Especialmente en estos momentos, cuando dentro de la Iglesia quienes debían predicar la .fe, pregonan su mala vida, su falta de fe, sus propias dudas... Ahora parece que tenemos más obligación de ser verdaderamente almas de oración, ofreciendo al Señor con generosidad todo lo que hacemos y no abandonando jamás nuestra conversación con El, pase lo que pase. Si os comportáis de esta manera, viviréis pendientes de Dios durante todo el día, y os esforzaréis seriamente para hacer muy bien esas dos medias horas diarias de meditación. No lo olvidéis, hijos. Habrá vocaciones mientras vosotros seáis fieles y

leales, mientras aborrezcáis el pecado, mientras seáis almas de oración, mientras améis a Jesucristo y a su Madre bendita. El día que abandonarais la oración, y os fuerais descuidando, iríais como otras personas, rápidamente hacia abajo por el camino del infierno 32.

No siempre la aridez es prueba de Dios, con la que purifica el alma como el oro en el crisol, 33. Algunas veces es directa consecuencia del descuido, de no haber preparado el ánimo ni los temas de esa conversación con el Señor, o de la falta de rectitud de intención. Por eso, es preciso no permanecer pasivos: ser sinceros, pedir consejo, mejorar el espíritu de penitencia, con la disposición clara, habitual y actual, de aversión al pecado 31. Jamás quejarse de Dios, porque en último término, si el alma parece vacía, podemos ofrecer ese sufrimiento como reparación por nuestros pecados.

Quizá alguno pueda decirme: Padre, yo busco dentro de mí, en mi alma..., pero no encuentro nada.

Yo, a ese hijo mío, le diría: es que quizá has tenido poca vida interior, o quizá has tenido mucha, pero ahora el Señor quiere probarte. ¿Tu alma parece como una cisterna vacía? ¡Pues busca el amor de Dios! Buscad al Señor y fortaleceos; buscad siempre su rostro (1 Par. X VI, 11): pero con el mismo empeño que se pone cuando se quiere conquistar un amor humano, bueno y limpio. Persigue tú también así el trato con Dios 35.

Es el momento de llevar a la práctica el consejo de nuestro Padre: cuando no sepas ir adelante, cuando sientas que te apagas, si no puedes echar en el fuego troncos olorosos, echa las ramas y la hojarasca de pequeñas oraciones vocales, de jaculatorias, que sigan alimentando la hoguera 36 de esa conversación con Dios. Puede suceder que pase la media hora completa, con la cabeza que no se podía controlar, y el cuerpo rebelde como un borrico embrutecido... Pues bien, hijos, no importa; decid como oración final: Señor, lo siento, lo siento de veras; volveré, y Tú me ayudarás. Y así un día, y otro, y otro 37. Dios, que

escucha siempre, acabará por hacer notar su cercanía al alma que persevera de este modo.

Donde no hay agua, ¿qué se hace? Se construye una cisterna, y se lleva el agua en cántaros que se vacían allí, uno tras otro. Cuando no hay posibilidad de recogerse para la oración, hay que prepararse llevando agua a la cisterna: con actos de amor y de desagravio, con comuniones espirituales, con invocaciones al Padre, al Hijo, al Espíritu Santo, y a Santa María, a San José y a nuestros Santos Ángeles Custodios. Todo eso es agua que llevamos a fuerza de brazos 38.

Esa fidelidad y ese esfuerzo no es sólo humano, sino que es ya obra del Espíritu Santo, escondido en el centro del alma, que asiste al espectáculo que le ofrecemos con nuestros esfuerzos por llenarnos de El. Puede suceder que debamos estar así mucho tiempo; pero, si perseveramos, llegará el momento en que no será necesario buscar el agua, porque se habrá formado un pozo. Quizá al principio el agua no suba mucho; pero es un pozo de aguas vivas (Cant. IV, 15). Allá está, en el fondo de tu alma. No sabes de dónde mana el agua, ni cómo se remansa, ni cuándo afluye..., pero puedes beber siempre. Y si insistes, el nivel de ese pozo sube y sube, hasta que se forma un manantial de agua clara, donde puedes beber a dos manos, con la boca abierta, cuando estás sediento.

¿Me entendéis, hijos? Agua hay siempre. Cada uno de vosotros, con la anuda de Dios, Uno y Trino, escondido en vuestra alma, puede lograr no ser nunca una cisterna vacía, sino un pozo que suba y suba hasta que mane una fuente de agua clara, espléndida, agua de amor. Pero en esta tarea, hijas e hijos míos, habéis de poner todo el corazón 39.

Parte de esa tarea será el uso de cuanto pueda facilitar la oración: unas notas tomadas en el examen de conciencia, en el Círculo Breve, o en cualquier otro momento del día; las oraciones que la Iglesia reza en su liturgia; la lectura de algún libro adecuado, o de las notas personales que se hayan quizá tomado durante el día, esperando el momento de considerarlas con nuestro Padre Dios 40... Nos decía nuestro Padre:

también yo, hijos míos, habitualmente llevo un libro a la oración. No es que lo necesite siempre, pero... por si acaso. Haced vosotros lo mismo. Tratad de seguir sus consideraciones, y luego cerradlo, cuando ya podáis discurrir por vuestra cuenta 41

## Unidos en la oración

Lo que importa verdaderamente es perseverar. Conviene orar siempre y no desfallecer 42. Entonces prestaremos una ayuda eficaz a otras almas, y estaremos contentos. Con vida interior, participaréis un poco, y quizá más que un poco, del poder de Dios, porque la oración es omnipotente. A mí me da mucha alegría pensar que en todos los instantes del día y de la noche hay personas del Opus Dei rezando en algún punto del mundo 43.

Es ésta una consideración que puede animarnos a perseverar cuando las dificultades en la oración -que siempre acaban pasando- se hagan especialmente intensas. A la hora de la oración mental, y también durante el resto del día, recordad que nunca estamos solos, aunque quizá materialmente nos encontremos aislados. En nuestra vida, si somos fieles a nuestra vocación, permanecemos siempre unidos a los Santos del Paraíso, a las almas que se purifican en el Purgatorio y a todos vuestros hermanos que pelean aún en la tierra.

Además, y esto es un gran consuelo para mí, porque es una muestra admirable de la continuidad de la Iglesia Santa, os podéis unir a la oración de todos los cristianos de cualquier época: los que nos han precedido, los que viven ahora, los que vendrán en los siglos futuros. Así, sintiendo esta maravilla de la Comunión de los Santos, que es un canto inacabable de alabanza a Dios, aunque no tengáis ganas o aunque os sintáis con dificultades -¡secos!-, rezaréis con esfuerzo, pero con más confianza.

-63-

Llenaos de alegría, pensando que nuestra oración se une a la de aquellos que convivieron con Jesucristo, a la incesante plegaria de la Iglesia triunfante, purgante y militante, y a la de todos los cristianos que vendrán. Por tanto, hijo mío, cuando te encuentres árido en la oración, esfuérzate y di al Señor: Dios mío, yo no quiero que falte mi voz en este coro de alabanza permanente dirigida a Ti, y que no cesará nunca 44.

-64-

(1) De nuestro Padre, Meditación, 25-II-1963.

(2) Marc. 1, 35.

(3) De nuestro Padre, Meditación, 25-II-1963.

(4) Act. III, 1.

(5) Cfr. Aa. X, 9.

(6) Act. II, 42.

(7) Cfr. Act. XVI, 25.

(8) Cfr. Act. XXVII, 9 ss.

(9) De nuestro Padre, Meditación, 25-II-1963.

(10) Camino, n. 107.

(11) Camino, n. 108.

(12) Amigos de Dios, n. 255.

(13) De nuestro Padre, Tertulia, 6-IX-1973. (14) De nuestro Padre, Tertulia, 6-IX-1973.

(15) De nuestro Padre, Meditación Vivir para la gloria de Dios, 21-XI-1954.

(16) De nuestro Padre, Meditación Vivir para la gloria de Dios, 21-XI-1954.

(17) De nuestro Padre, Crónica, 1976, pp. 1410-1411.

(18) De nuestro Padre, Tertulia, 21-IV-1973.

(28) De nuestro Padre, Crónica, 1976, p. 1407.

(29) Ioann. IV, 15.

(30) De nuestro Padre, Crónica, 1973, p. 810.

(31) De nuestro Padre, Tertulia, 16-IV-1974.

(32) De nuestro Padre, Crónica, 1976, p. 1408. (33) Sap. III, 6.

(34) Amigos de Dios, n. 243.

(35) De nuestro Padre, Crónica, 1973, pp. 810-811.

(36) Camino, n. 92.

(37) De nuestro Padre, Tertulia, 25-VIII-1973.

(38) De nuestro Padre, Crónica, 1973, p. 811.

(39) De nuestro Padre, Crónica, 1973, p. 811.

(40) Cfr. Camino, n. 97.

(41) De nuestro Padre, Crónica, 1976, pp. 1409-1410.

(42) Luc. XVIII, 1.

(43) De nuestro Padre, Tertulia, 25-VIII-1973.

(44) De nuestro Padre, Tertulia, 6-IX-1973.

Obtenido de "[http://www.opus-info.org/index.php?title=Cuadernos\\_8:\\_En\\_el\\_camino\\_del\\_amor/Al\\_tiempo\\_de\\_la\\_oraci%C3%B3n](http://www.opus-info.org/index.php?title=Cuadernos_8:_En_el_camino_del_amor/Al_tiempo_de_la_oraci%C3%B3n)"