



16 de mayo de 2019
Jueves de la Cuarta Semana de Pascua
“La transformación de la vida cotidiana en el Espíritu de Dios”
(Parte III)

Después de haber meditado los dos últimos días sobre la importancia de que nuestra vida natural quede impregnada por la espiritual, para que adquiriera un carácter sobrenatural, queremos hoy dar algunas pautas concretas al respecto...

1. La oración del corazón

Quisiera mencionar brevemente la práctica tan valiosa de la así llamada “oración del corazón” u “oración de Jesús”, que originariamente procede del cristianismo de Oriente. La “oración del corazón” es la repetición meditativa de esta jaculatoria: “Jesús, Hijo de Dios, ten compasión de mí”. Esta oración, que de preferencia hemos de practicar en el silencio, se va convirtiendo en una necesidad interior, tanto más cuanto más intensamente se la cultive. A través de esta oración, el corazón puede elevarse fácilmente a Dios y permanecer junto a Él. Incluso mientras estemos realizando trabajos que no requieren de toda nuestra atención, podremos continuar con la “oración del corazón”, que nos ayudará a enfocarnos cada vez más en Dios. Así, el alma va asentándose en el Señor...

2. Descubrir el “hilo” de cada día

En el evangelio, el Señor nos dice que cada día tiene sus propios males (cf. Mt 6,34). Del mismo modo, también podríamos decir que cada día tiene su propia misión.

Tengamos presente que, día a día, Dios nos guía. Aparte de las obligaciones que a diario tenemos que realizar, normalmente tenemos un cierto espacio de tiempo que no está predeterminado. Y precisamente para este espacio hemos de estar atentos, de manera que podamos percibir las sutiles indicaciones del Espíritu de Dios. Así sabremos descubrir cómo Dios nos acompaña a lo largo de la jornada, y podremos reconocer mejor cuál es la misión de ese preciso día. Con la mirada puesta en Dios, nuestras tensiones se disolverán y, de algún modo, cambiará nuestra perspectiva. Ya no estarán solamente las diversas obligaciones, a las que hemos de enfrentarnos y realizar aun a precio de grandes esfuerzos y con nuestras propias fuerzas; sino que será la íntima relación con Dios y el “hilo del día” los que nos permitan hacer nuestros trabajos con agilidad y de buena gana, en la fuerza del Señor. Cualquier actividad nos resultará más fácil, porque tendrá el soporte de la presencia de Dios. Ya no viviremos tanto a partir de nuestras propias fuerzas; sino que estaremos más

movidos por la fuerza del Señor.

3. Estructuración espiritual del día a día

Para que nuestro corazón se mantenga puesto en Dios, será muy provechoso establecer tiempos regulares de oración. La tradición monástica nos enseña que, una y otra vez, hemos de recoger nos en Dios, puesto que tenemos la inclinación a dispersarnos con facilidad. Toda la estructura de la vida monástica se presta para estar concentrados en un ritmo de oración regular. Lógicamente es difícil practicarlo de la misma forma si se vive en el mundo como seglar. Pero también aquí aplica este criterio: Los tiempos regulares de oración sí han de ser factibles también en las condiciones normales de la vida en el mundo. Sin descuidar las obligaciones que se tenga, es importante buscar tiempos para la oración. Es muy provechoso examinar cuidadosamente dónde podríamos encontrar espacio para Dios. ¡Cuántas cosas de menor importancia podríamos dejar atrás, sin que nos cause daño, para dedicarnos a lo más esencial! Los tiempos regulares de oración nos llaman a volver una y otra vez a la presencia de Dios y le dan forma a nuestro día. Así, aprenderemos a vivir con miras a estos tiempos de oración, y éstos se van convirtiendo en nuestra orientación y transforman la vida cotidiana de forma espiritual.

4. Actuar “bajo encargo”

Una gran ayuda para estructurar espiritualmente el día es recordar que, también en la vida cotidiana, actuamos como discípulos de Cristo; es decir, que estamos “bajo Su encargo”. Así, nuestra santificación personal y el cumplimiento de nuestras obligaciones en Su espíritu, se convierten en testimonio de Él. El estar conscientes de esto nos ayuda a liberarnos de las diversas formas de apego a nosotros mismos.

San Benito enseñaba a sus monjes a vivir siempre conscientes de la presencia de Dios. También nosotros podemos acoger el consejo de este santo y ponerlo en práctica en nuestro día a día. Si lo hacemos, nuestra mirada se elevará más a menudo hacia el Señor, y en nuestro corazón le preguntaremos si hemos cumplido con el encargo de ese preciso día. El que actúa “bajo encargo”, sabe que ha sido enviado y se siente comprometido con su Señor. El cuestionamiento de haber cumplido el encargo, se va convirtiendo en una actitud interior. La relación de confianza con Dios va creciendo y así sucede la transformación espiritual del día a día.