



Balta Lelija

16 de julio de 2019

“¿Cómo realizar una buena oración?”

Hoy continúo con otra pregunta de uno de nuestros oyentes. Se trata de un cuestionamiento que ciertamente es de interés común:

“¿Cómo puedo realizar una buena oración?”

En todo es importante que crezcamos y maduremos... Esto cuenta especialmente para la oración, que es el alma de nuestra vida espiritual. Sin la oración no se puede profundizar en la fe. ¡Hay que cuidarse de aquella tentación que nos dice que las obras concretas podrían sustituir a la oración!

Santa Teresa de Ávila, una maestra de la vida interior, considera la oración como el “gran diálogo con Dios”, y San Pablo nos exhorta a orar sin desfallecer (cf. 1Tes 5,17). El Señor mismo nos dio ejemplo, retirándose frecuentemente para orar (cf. Lc 5,16).

Existen diversas formas de oración. Una de ellas, que puede ayudarnos a profundizar nuestra oración, es la adoración eucarística en silencio. Nosotros, los católicos, sabemos que esto se refiere, en primera instancia, a la adoración del Santísimo expuesto. Pero lógicamente también se lo puede hacer ante el Sagrario en una Iglesia, que es más fácil de encontrar. Lo que es importante aquí es buscar realmente el silencio. Éste es un elemento esencial para profundizar en la oración, porque en el silencio aprendemos a escuchar mejor a Dios y a no poner tanto en primer plano nuestras propias intenciones. Esto, a su vez, ayudará a profundizar la vida espiritual.

Para despertar un poco el gusto por esta oración más profunda, quisiera compartir a continuación algunos párrafos de una conferencia que di sobre la adoración eucarística:

Frecuentemente se relaciona la religiosidad con obras concretas y con experiencias sensibles. Lamentablemente se suele dejar en un segundo plano la necesidad del silencio. Incluso la Santa Misa no es siempre un momento de recogimiento, pues muchas veces los cantos, las influencias de la teología de la liberación y los elementos carismáticos demasiado dominantes no lo permiten. Esta situación se pone particularmente difícil cuando la Eucaristía es celebrada como si fuese un evento.

El alma humana necesita momentos de silencio para su desarrollo espiritual, puesto que en el mundo sufre bajo el constante bombardeo de estímulos, que la conducen a la dispersión y a la superficialidad. El alma necesita de una sana ascesis, para dar apertura únicamente a aquellas informaciones que la estimulen en su camino espiritual, y para cerrarse a aquellas otras que, por el contrario, la frenen. Dios habla menos a través de sucesos ruidosos que a través de aquellas palabras que nos transmite en el silencio. Recordemos al profeta Elías, que esperaba encontrar a Dios en el huracán, en el terremoto y en el fuego; pero finalmente lo reconoció en el susurro de una suave brisa,

que se asemeja a la forma de actuar del Espíritu Santo (cf. 1Re 19,11-13).

La adoración eucarística en silencio nos invita a recorrer un camino interior; a adquirir una nueva sensibilidad para escuchar a Dios; a discernir e interiorizar ante Él las cosas que hemos experimentado; a percibir más profundamente la presencia divina... La adoración eucarística es un anticipo de la eternidad, donde viviremos eternamente contemplando a Dios. Por supuesto que existe también una gran diferencia entre ambas realidades, pues en la eternidad gozaremos de la visión beatífica de Dios; es decir, que lo contemplaremos sin velos; mientras que en la adoración eucarística vivimos de la fe y todavía tenemos que luchar contra las distracciones.

La adoración en silencio es una luz espiritual, que aún no podemos acoger a plenitud. Por eso sale a la luz nuestra inquietud y nuestra impulsividad; por eso podemos sentir una especie de vacío interior e incluso tener la impresión de que carece de sentido estar ahí; por eso puede aparecer el aburrimiento... Todos estos sentimientos hemos de colocarlos a los pies del Señor, en lugar de salir corriendo. ¡Él sabrá tocarlos!

Cuando se empieza a participar regularmente de la adoración eucarística, se podrá percibir un hambre de oración cada vez más grande. El alma siente que ha encontrado un nuevo hogar. Ha llegado al lugar que le corresponde, puesto que, como habíamos mencionado, la adoración es un anticipo de la visión beatífica de Dios en la eternidad, a la que todos estamos llamados.

Pero es importante que también veamos la adoración eucarística desde la perspectiva de Dios. ¡Es Él quien nos invita y desea colmarnos de bienes con su presencia! ¡Es Él quien busca este contacto íntimo con el alma, para poder guiarla! ¡Es Él quien quiere modelarnos a su imagen! Por ello, el hombre adorador es causa de alegría para Dios, quien lo llena y lo hace capaz de cumplir su misión en el mundo. Y, ¿dónde podrá el hombre sentirse tan en casa como en el amor de su Padre? Así, las horas de adoración conducen a una amistad cada vez más profunda con Dios.

Finalmente, la adoración nos anima a continuar decididamente en el camino de santificación. En el creciente amor entre nosotros y el Padre Celestial, tendremos la valentía de dejar atrás aquello que nos impide entregarnos más a Él. La certeza del amor del Padre, que impregna todo nuestro ser en la adoración eucarística, nos hace capaces de desprendernos para arrojarnos confiadamente en sus brazos. En la adoración aprendemos a escuchar mejor la voz del Espíritu Santo, quien nos enseña a crecer en el amor. Si percibimos su voz cada vez más sutilmente, entonces podrán desarrollarse sus dones en nosotros. Y estos dones, a su vez, serán los que nos transformen y nos hagan semejantes a Nuestro Señor. Así, la adoración eucarística es una gran luz en nuestro camino de seguimiento de Cristo. Gracias a ella, podremos poner en práctica aquellas palabras en las que el Santo Hermano Nicolás sintetizaba toda la vida espiritual:

“Señor mío y Dios mío, prívame de todo lo que me aleja de Ti.

Señor mío y Dios mío, dame todo lo que me acerca a Ti.

Señor mío y Dios mío, haz que yo no sea mío sino todo tuyo.”