



9 de marzo de 2024  
ITINERARIO CUARESIMAL  
Día 25: “Sobre la contemplación (I)”

A lo largo de nuestro itinerario cuaresmal, he mencionado varias veces la oración contemplativa. Aunque no todas las personas lleguen a experimentar los diversos niveles de la contemplación, es bueno al menos saber de qué se trata esta forma de oración. Al abordar este tema, tendré muy en cuenta que la mayoría de las personas que escuchan estas meditaciones no viven en un monasterio, totalmente inmersas en una vida contemplativa. Espero que algunos aspectos de esta meditación sobre la contemplación sean de provecho para que nuestra vida y nuestra oración se vuelvan aún más receptivas a la presencia de Dios.

Al fijarnos en la vida de algunos santos, vemos que la contemplación dio lugar a muchas obras, que de ningún modo la afectaron. Antes bien, las labores fueron impregnadas por la contemplación. Pensemos, por ejemplo, en Santa Teresa de Ávila, que era un alma contemplativa por excelencia, pero que, con la fuerza de Dios, también llevó a cabo muchas actividades exteriores.

Si tomamos como ejemplo a Jesús mismo, veremos que siempre había tiempos en los que Él se retiraba para orar a solas (cf. Lc 5,26). Antes de iniciar su ministerio público, pasó cuarenta días en el desierto, en oración y ayuno (cf. Mt 4,1-2).

La mejor forma de encontrar orientación es tomando a Jesús mismo como ejemplo, para entonces aplicar lo que nos sea posible según nuestra situación de vida. De hecho, también la vida del Señor implicaba actividades intensas, y no era un estilo de vida meramente retirado y contemplativo. Además, podemos fijarnos también en el ejemplo de otras personas, en las que se reflejó de diversas maneras la vida del Señor y cuyas labores externas emanaban una profunda vida interior. Encontraremos suficientes santos que recorrieron un camino así...

Antes de entrar a ver lo que es explícitamente la contemplación, conviene echar un vistazo a la meditación. En efecto, lo normal es que la contemplación venga precedida por una larga etapa de oración meditativa, y ésta, a su vez, por diversas formas de oración vocal o litúrgica. Esto significa que es posible preparar el terreno para la contemplación, que también podríamos describir como un “sumergirse en Dios” o un “influjo directo de Dios en el alma”. En este proceso, el alma experimenta cada vez más a Dios.

San Francisco de Sales (1567-1622), un importante autor espiritual y fundador, distinguía entre la meditación y la contemplación. A la meditación la comparaba con las abejas que vuelan alrededor recogiendo néctar; a la contemplación, en cambio, con el deleite de la

miel en el panal. La meditación implicaría esfuerzo, mientras que la contemplación sería fácil y gozosa.

La contemplación es una intensa experiencia de la presencia de Dios; en otras palabras, es Dios mismo quien toma directamente las riendas de nuestra vida, y, a través del Espíritu Santo, la vida de la gracia se despliega.

En la contemplación, uno se convierte más y más en una persona interior, que no se define tanto por lo que haga o rinda exteriormente, sino que pone su enfoque en despertar y cultivar el amor a Dios, en una relación de corazón a corazón. La persona interior no actúa tanto a partir de sus propias fuerzas; antes bien, sigue las mociones y la guía del Espíritu Santo, por lo que, como decía acertadamente San Francisco de Sales, la vida se torna más fácil y gozosa.

Aunque a fin de cuentas sea Dios mismo quien, en su Sabiduría, concede la contemplación de acuerdo a su beneplácito y no podemos nosotros alcanzarla con nuestros propios esfuerzos, sí hay diversas etapas preparatorias que “allanan el terreno”, las cuales se relacionan con todo lo que hace parte del camino de seguimiento del Señor, el camino concreto de la santidad.

Si recorremos con fidelidad el camino de la oración, el Señor puede concedernos experimentar las primeras etapas de la contemplación, dándonos a gustar las delicias de esta forma de oración. Por plantearlo en la terminología de San Francisco de Sales, ¿a quién no le gustaría disfrutar de la miel, después de haber recogido laboriosamente el néctar?

De la meditación de hoy, retengamos lo siguiente: la oración contemplativa es un regalo de Dios. No podemos alcanzarla por nosotros mismos, pero sí preparar el terreno para que el Señor pueda concedérsela.

Mañana continuaremos con algunos aspectos más sobre la contemplación.

---

Meditación sobre la lectura del día: <http://es.elijamission.net/2021/03/13/>

Meditación sobre el evangelio del día: <http://es.elijamission.net/2019/03/30/>