

5. Termina tu oración con esta oración de San Anselmo.

(Si puedes pronúnciala en alto y despacio)

Míranos, Señor;
escúchanos, ilumínanos,
muéstrate a nosotros.
Manifiéstanos de nuevo tu presencia
para que todo nos vaya bien;
sin eso todo será malo.
Ten piedad de nuestros trabajos y esfuerzos
para llegar a ti
porque sin ti nada podemos.
Enséñame a buscarte
y muéstrame a quien te busca;
porque no puedo ir en tu busca
a menos que Tú me enseñes,
y no puedo encontrarte
si Tú no sales a mi encuentro.
Deseando te buscaré,
buscando te desearé,
amando te hallaré
y hallándote te amaré.

El don de la oración.

Demasiadas veces creemos que ya sabemos rezar y que esto depende fundamentalmente de nosotros, pero la oración, como cualquier relación, hay que aprender a vivirla y este aprendizaje no acaba nunca. Esta ficha quiere ayudarte a pedir el don de la oración que sólo Dios puede regalar.



Seas hombre o mujer, joven o mayor, de un sitio o de otro... Te proponemos que durante este mes más allá de cómo realices tu oración diaria, un día a la semana utilices esta ficha para rezar. Dios sabe de ti y de los tuyos y lo tuyo, pero es importante que tú sepas acercarte a lo suyo y que sea Él quien te enseñe.

1. Busca un lugar y una postura cómoda. Y reconoce la presencia de Dios que siempre te acompaña. Puedes hacerlo mientras sientes tu respiración y repites a su ritmo alguna palabra que te ayude (sólo una): Padre, Señor, Jesús,... Presencia, don, roca...

2. Lee estas reflexiones despacio y piénsalas delante de Dios:

No existe un certificado de aptitud profesional para la oración: no queda más remedio que admitir que, por razones externas o internas, alguna vez no se sabe o no se puede orar. Además, orar cristianamente requiere aprender de Jesús y no sólo dejarse llevar de la necesidad para pedir a lo alto

Hay que creer que la oración es absolutamente necesaria para que la vida de Cristo esté viva y activa y sea fecunda en nosotros. No basta con la buena voluntad si ésta no se traduce en la petición al Señor: «Señor, enséñanos a orar». Si dejamos de pedirla se difumina, se escapa. Sin la oración la vida de Cristo malvive en nosotros, por así decirlo, se limita a subsistir entre unas cuantas ideas y unos pocos comportamientos.

Todos nuestros esfuerzos por rezar pueden ser vanos si no van acompañados de nuestra oración para orar, si no se fundamentan en nuestra esperanza que pide a Dios mismo luz para saber acercarnos a Él y fuerza para hacerlo.

Además, ni siquiera experimentaríamos el deseo de poder orar si este deseo no fuera ya un don de Dios mismo que, cercano, nos busca desde siempre.

Pedir el don de la oración es pedir que nos muestre el camino para el encuentro con Él en su escondida presencia. Orar no es hacer una oración, es dejar de hacer cualquier otra cosa. Es, en primer lugar, dejar de hacer lo que se está haciendo, para ponerse en presencia de Dios, para mirar directamente a Dios, hablarle cara a cara, sin desviar la cabeza o volverle la espalda para intentar ver al mismo tiempo alguna otra cosa. Es relacionarse con Dios como nos relacionamos con Él en el momento de nuestra muerte, solos. En ese momento no es que olvidemos a los demás porque nos resulten indiferentes, sino porque es nuestra hora, la de poner en verdad nuestra vida ante su verdad desnuda que sólo puede hacernos percibir Dios con su amor.

Todo nuestro ser debe realizar este absoluto abandono. Nuestro cuerpo debe expresar que nos orientamos hacia Dios, pero cada cual debe hacerlo a su manera y en función de su momento. Todos los

deseos, todas las inquietudes, todas las esperanzas que nos habitan, deben permanecer en nosotros, pero en punto muerto, para que vayamos hacia Dios a ciegas, sin previsiones, pidiendo a Nuestro Señor al que conocemos, bienes que desconocemos y que Él nos dará, pero que nosotros ignoramos aunque sepamos que son *lo mejor*.

(Sobre unas reflexiones de Madelaine Dêlbrel)

3. Lee despacio el texto de Juan 7, 37-39 y escucha la voz que Cristo te dirige:

“El último día de la fiesta, el más solemne, Jesús puesto en pie ante la muchedumbre, gritó: «Si alguno tiene sed, que venga a mí, y beba. Como dice la Escritura: de lo más profundo de todo aquel que crea en mí brotarán ríos de agua viva». Esto lo decía refiriéndose al Espíritu que iban a recibir los que creyeran en él”.

(Detente un momento y siente que se dirige a ti)

4. Ahora pide insistentemente, repitiendo cada una de estas frases varias veces y despacio, el don de la oración. Lo importante es que con ellas centres el movimiento de tu corazón en Dios.

*(No te importe estar un rato sin hacer más que repetir.
Es necesario para tu corazón. Confía en la oración. Confía en Dios)*

- Señor, dame el don de la oración.
- Dame el don de organizar mi tiempo para poder rezar.
- Dame el don del silencio y la soledad necesaria para buscarte.
- Ayúdame a escuchar tu voz silenciosa.
- Dame el don de reconocer tu voluntad.
- Dame el don de permanecer en la oración cuando no tenga ganas o haya mucho que hacer.
- Dame el don de la confianza en ti por encima de todo.
- Dame el don de la sencillez de corazón para aceptar que eres tú quien pones los tiempos y las formas para decirte.
- Dame la humildad para saber dar gracias y saber pedir.
- Señor, dame el don de la oración.