

## TU PROYECTO DE ORACIÓN

Lee estos dos textos:

Algunos hermanos preguntaron al Abad Agatón diciendo: “Abad, ¿qué virtud entre aquellas que practicamos requiere mayor fatiga?”. El respondió: “Pienso que no hay una fatiga tan grande como orar a Dios. Porque cada vez que el hombre quiere orar, los enemigos tratan de impedirselo, pues saben que nada puede ser un obstáculo mayor para ellos que el hecho de orar a Dios. Cualquier obra que el hombre emprenda, si persevera en ella, encuentra reposo, pero para la oración hay que luchar hasta el último aliento” (*Dichos de los padres del desierto*)

El hombre no orar de buen grado. Es fácil que en la oración experimente una sensación de aburrimiento, una dificultad, una repugnancia e incluso una hostilidad. Cualquier otra cosa le parece más atractiva y más importante. Dice que no tiene tiempo, que tiene otros compromisos urgentes, pero en cuanto ha dejado de rezar, he aquí que se pone a hacer cosas inútiles. El hombre tiene que dejar de engañar a Dios y de engañarse a sí mismo. Es mucho mejor decir abiertamente: “No quiero rezar” que usar semejantes astucias. (*R. Guardini, Introducción a la oración*)

Ahora **sólo queda** que busques un momento en esta semana para hacerte un plan de oración:

- \* **realista** con tus ocupaciones,
- \* pero **consecuente** con tu vida cristiana.



## ORAR LA PROPIA ORACIÓN



### PARA COMENZAR TU ORACIÓN

Colócate en una posición cómoda.  
Respira despacio y profundamente durante unos momentos.  
Luego recita esta oración (de Th. Merton) despacio llevando las palabras a tu corazón y entregándoselas luego a Dios:

Estoy aquí, solo ante ti,  
y estoy encantado porque tú me ves aquí.  
Pues aquí -eso creo- es donde quieres verme  
y donde me ves.  
Estar aquí es la respuesta que me has pedido  
a algo que no he escuchado con claridad,  
pero he respondido...  
Me has llamado aquí para que una y otra vez  
nazca en el Espíritu como hijo tuyo.  
una y otra vez nazca a la luz, a la fe,  
a la conciencia, a la gratitud, a la pobreza,  
a la presencia y a la alabanza.

## TU ORACIÓN

*¿Corro el peligro de que mi oración termine siendo mortecina y rutinaria?, ¿podría Dios aburrirse de la manera en que rezo y finalmente terminar yo aburriéndome de mi misma oración?*

Esta es la cuestión que deberás dialogar hoy con Dios

Después de leer este pequeño texto reflexiona con las preguntas que aparecen en este guión. Hazlo de manera tranquila, concreta y en dialogo con Dios.

*“Cada uno de nosotros necesita ocasiones para estar solo y en silencio, encontrar un espacio cada día o cada semana para reflexionar y escuchar la voz de Dios que habla en lo mas hondo de nuestro ser. Nuestra búsqueda de Dios no es más que la respuesta que le damos a la búsqueda que hace de nosotros Él llama a la puerta, pero muchas veces llevamos una vida demasiado absorta, ajetreada, superficial o ensimismada para poder escucharlo” (Cardenal B. Hume).*

**Piensa en tu oración de este mes** (Puedes hacerlo también recordando tu practica de oración del curso pasado).

- ¿Dónde rezas habitualmente?
- ¿Cuándo y qué tiempo dedicas?
- ¿Cómo:
  - das vueltas ante Dios a tus distintos sentimientos...
  - traes a tu oración el mundo que te rodea con sus alegrías y tristezas aunque no te afecten directamente...
  - meditas contemplando las bendiciones escondidas que recibes a diario y que apenas sientes en el fluir ajetreado de tu vida...
  - meditas la historia de Dios con los hombres y contigo a través de la Escritura...?
- ¿Ha surgido en ti la sonrisa, el llanto, la emoción, la conmoción del corazón...?
- ¿Utilizaste las manos, las rodillas, un canto, la música, la escritura, una vela...?
- ¿Te mantuviste en silencio sin más vaciándote para dejar espacio a Dios...?

## LA ORACIÓN DE DIOS EN TI

La oración es no sólo nuestro movimiento hacia Dios, sino también y fundamentalmente su movimiento en nosotros que nos permite responder.

Por eso es tan importante la atención a nuestra misma vida pues desde ella Dios nos llama, ya está en oración en nosotros.

*Asómbtrate por las cosas que están ante ti, haciendo de esto el primer paso hacia un conocimiento más profundo (S. Clemente de Alejandría)*

*La atención absoluta es oración (Simone Weil)*

**Párate delante de estas situaciones tal y como se den en ti y contempla agradecido** la oración de Dios en ti buscándote desde dentro:

- Tu impulso hacia la vida, la pequeña esperanza que te hace volver a la vida cada día con fuerza...
- Tu anhelo de amor, de afecto, de ternura...
- Tu preocupación por hacer bien las cosas sencillas, lo que apenas verá nadie, y en ello tu búsqueda de la armonía...
- tu voluntad de ser amable, generoso, agradecido, comprensivo con los demás...
- tu alegría con y por lo bueno, lo bello, por la amistad, por la resolución de los problemas sean cuales sean y de quien sean...
- tu intento de no dejarte llevar por lo peor (mas allá de que lo consigas o no)...
- tu dolor por el sufrimiento del mundo y tu rabia por la banalidad, la injusticia, lo mal hecho...

Todo ello, de una manera u otra, es obra del Espíritu en ti, un Espíritu que quiere hacerte gustar la vida misma de Dios prefigurada en la justicia, la belleza, el amor, el perdón, la armonía...

***Por tanto...***

Aunque sientas que tu oración es muy pobre, Dios sigue en ti moviendo tu interior hacia sí, hacia el cumplimiento de tu vida y de la vida del mundo en Él.

***... da gracias.***