

CONFIAR EN LOS HERMANOS MAYORES

Isaac de Nínive
(monje cristiano, Siria, siglo VII)

El silencio te iluminará en Dios y te librerá de las fantasías de la ignorancia. Te unirá a Dios y te dará un fruto que la lengua no puede describir. Al principio tenemos que esforzarnos para estar en silencio, pero después, desde el seno de nuestro mismo silencio, nace algo que nos atrae a un silencio aún más profundo. Que Dios te dé una experiencia de este *algo* que nace del silencio. Si lo practicas, amanecerá en ti *una luz indescriptible*.

Santa Teresa de Jesús
(monja carmelita del siglo XVI)

Nada te turbe; nada te espante;
todo se pasa; Dios no se muda,
la paciencia todo lo alcanza.
Quien a Dios tiene, nada le falta. Solo Dios basta.

*Confianza y fe viva mantenga el alma,
que quien cree y espera, todo lo alcanza.*

Serafín de Sarob
(monje ruso del siglo XVIII-XIX)

Cuando ores, sé como el océano: calmado en lo profundo, aunque sus olas suban y bajen. *Mantén la calma en tu corazón* y los malos pensamientos desaparecerán por sí solos. Cuando ores, recuerda el aliento que nos convirtió en vivientes: de Dios procede y a Él regresa. *Une la palabra y la oración con la corriente de esta vida y nada se interpondrá entre ti y el Dador de todo don.* Cuando ores, sé como el pájaro que canta sin cesar ante el Creador, elevando como incienso su melodía; ora como la tórtola con la alegría de la libertad confiada y Dios hará nido en ti.



La oración está hecha de confianza. La confianza es la sustancia, el impulso que la sostiene, la mueve, la hace crecer. Sentarse, arrodillarse, estar en pie, en silencio o con palabras, con gestos propios o prestados..., ante Dios que no se ve ni se siente, no se escucha ni se domina, pero que nos atrae desde aquel anhelo que sentimos y que nos hace buscar la verdad, el bien, la belleza, la justicia, la vida plena.

Todos buscamos un sitio donde descansar, no del cansancio de las labores cotidianas, sino de la fatiga íntima del vivir; buscamos una tierra firme donde poder sostenernos en pie, más allá de las seguridades inciertas que nos da el mundo; buscamos un espacio donde apaciguar los miedos que nos habitan, miedos a los demás y a nosotros mismos; buscamos un regazo de amor sobreabundante y fiel, al que confiar incluso nuestras sombras.

Lo que buscamos, sin embargo, ya nos habita; buscamos, incluso sin saberlo, a Dios, fuente que mana vida y amor en nosotros creando, en nuestro interior, el deseo infinito de que sean eternos.

En esta ficha **te proponemos adentrarte en el silencio de tu corazón con confianza. Hacer silencio confiando.** Dejar la velocidad, acompasarte al latido de tu corazón, al pulso de tu respiración y, a través de alguna pequeña frase, buscar *la fuente que mana* y *corre dando* y prometiendo vida a nuestro ser, aunque no se vea a plena luz del día.

EL SITIO

Puede ser una Iglesia a la hora en que no haya mucha gente, o un rincón de tu casa donde te puedas sentar a solas y sin ruido, o un lugar de paseo donde no tengas la obligación de hablar con nadie...

EL TIEMPO

Pueden ser solo unos minutos o un tiempo más largo si lo resistes. Un tiempo diario para un silencio donde tomes conciencia de que Dios está atravesándolo todo como origen de la vida, como roca firme donde esta se sostiene y como tierra prometida donde esta tendrá su plenitud.

LAS PALABRAS

Olvídate de hablar de tus cosas (Dios ya las sabe), solo repite despacio alguna de las frases que te proponemos dejando que calen en tu corazón. Después de haber repetido alguna de ellas puedes quedarte en silencio y (sin hablar), simplemente estando en presencia del Señor. Solo estar ahí, donde estás, buscando la confianza De saberte sostenido en Dios.

EL GESTO

Puedes sentarte con las manos en forma de nido entre tus piernas y presentarte ante Dios para, poco a poco, confesar en tu corazón que sus manos son tu propio nido de vida.



--- palabras para escuchar sin prisas en el silencio de tu corazón ---

Espera en el Señor, sé valiente.
Ten ánimo, espera en el Señor (Salmo 26, 14)

Jamás duerme el que te cuida (Salmo 121, 3)

En el mundo tendréis tribulaciones,
pero, tened ánimo, yo he vencido al mundo (Jn 16, 33)

¿No valéis más vosotros que los pájaros y las flores
del campo a quienes Dios alimenta y viste? (Mt 6, 25ss)

Vuestra vida está oculta con Cristo en Dios.
Cuando él se manifiesta vuestra vida aparecerá
con su misma gloria (Col 3, 3-4)

Ni muerte ni vida, ni lo presente ni lo futuro,
ni los poderes del mundo o cualquier otra criatura...
nos separará del amor que Dios nos tiene (Rom 8, 35-39)

¿Acaso olvida una mujer a su niño de pecho? Pues aunque
ellas llegasen a olvidar yo no te olvido -dice el Señor-.
Mira, te llevo tatuado en la palma de mi mano (Is 49, 15-16)

Que no se angustie vuestro corazón -dice Jesús-.
Creed en Dios y creed también en mí (Jn 14,1)

Yo estoy con vosotros todos los días
hasta el fin de los tiempos (Mt 28, 20)