



Hablamos con el Señor sábado, 30 Enero



Buenos días,
Señor, a ti el primero
encuentra la mirada
del corazón, apenas nace el día:
Tú eres la luz y el sol de mi
jornada.

Buenos días, Señor, contigo quiero
andar por la vereda:
Tú, mi camino, mi verdad, mi
vida;
Tú, la esperanza firme que me
queda.

Buenos días, Señor,
a ti te busco,
levanto a ti las manos
y el corazón, al despertar la aurora:
quiero encontrarte siempre en mis
hermanos.

Buenos días, Señor resucitado,
que traes la alegría
al corazón que va por tus caminos
¡vencedor de tu muerte y de la
mía!

Señor vengo a reconocer ante ti qué actitudes vitales me ayudan o me impiden hablar contigo.

¿ALGUNAS ACTITUDES QUE DEBEMOS CULTIVAR PARA PODER ORAR?

Las dificultades de fondo para orar no vienen de lo exterior de uno: ruidos, trabajos, personas... Las dificultades vienen de cómo uno vive ante Dios, ante uno mismo y ante otros.

Veamos algunas de las actitudes personales que nos ayudan orar:

1. Aceptar la vida

Para orar conviene aceptar la vida con sus limitaciones y sus posibilidades, con sus luces y sus sombras. Aceptar la vida quiere decir asumir aquello que no podemos cambiar de nosotros mismos: edad, temperamento, estado de vida, salud y un sin fin de limitaciones que nos constituyen haciendo que seamos nosotros mismos.

A la vez supone conocer nuestras potencialidades, valores y “talentos” que en definitiva son un don recibido para ponerlo al servicio de los demás, es decir de Dios.

Se trata, pues, de vernos tal como somos, sin artificialidad ni apariencias, en definitiva aceptarnos y querernos.

Hay que vivir aceptando que el centro de mi vida es Dios y hay que tomar conciencia de que para Dios el centro soy yo y esto es un gran don.

**¿Estoy aceptando mi realidad?
¿Conozco mi realidad o la tapo?**

2. Reconocer la Presencia

Cuando reconozco que yo no soy el centro sino que lo soy para Otro, Dios, empiezo a experimentar una Presencia que me invade en la medida en que me abro a ella.

Aquí la oración aparece como un estado de receptividad. Orar es, pues, acoger. Dios es Don. De este modo, orar es ponerse de cara al Señor y recibir su regalo que es Él mismo. Y casi sin darnos cuenta vamos ganando en libertad y en autonomía. Vamos siendo más personas y nos disponemos a ayudar a otros a ser personas, a ser hijos y a ser hermanos.

¿ Vivo la acogida del Don de Dios, del Espíritu de Dios es mí?

3. Ir tomando decisiones

Querer orar supone ir tomando decisiones en nuestra vida y no vivir de rutinas en cualquier ámbito de nuestra existencia, La rutina es enemiga de la vida espiritual porque nos encierra a en nosotros mismos y nos impide vivir de la creatividad que supone la apertura a Dios.

Es conveniente seguir haciéndose preguntas e ir las respondiendo y así se va configurando nuestra vida cristiana: ¿Cómo puedo mejorar mi relación con los que me rodean? ¿Qué tengo que cambiar o potenciar en mi trabajo apostólico? ¿Qué tendría que hacer para tener más sensibilidad hacia los pobres y los que más sufren? ¿Qué me está queriendo decir el Señor en esta nueva situación? ¿Es suficiente el tiempo o el modo de orar en esta época de mi vida?

¿Me hago las pregunta anteriores?

4. Fomentar actitudes que nos predispongan...

Hay situaciones y comportamientos que nos ayuden o nos impiden la oración

Indicamos algunas:

- Hacer práctica de poner la propia vida en las manos de Dios y no en las nuestras. Esto supone alimentar interiormente el deseo de moverse por pequeñas “utopías” (deseos de un mundo mejor) y practicar la esperanza.
- Ejercitar la misericordia con las personas que hay a nuestro alrededor. Estas u otras prácticas se deben encarnar en pequeños gestos que muestren su veracidad.

En la vida ordinaria hay situaciones que nos pueden ayudar o estorbar para llevar una vida de oración. Así, por ejemplo:

- Alimentar pensamientos de bondad o entrar en la dinámica del ataque o defensa.
- Acostumbrarse a emplear palabras amables o dejarse llevar por la brusquedad.
- Generar gestos solidarios o entrar en la dinámica del individualismo.
- Emplear silencios acogedores o esperar que el otro termine de hablar para soltarle mi "rollo".
- Acoger agradecidamente el amor de los demás o rechazarlo. Aceptar mi situación de don o crearme que todo lo puedo a través de mi esfuerzo.
- Practicar la soledad buscando allí una presencia gratuita o encerrándome en mi mismo sin dejar brechas de gratuidad.

A veces nos preguntamos cómo tal persona que sabemos que hace oración de una forma asidua es incapaz de comprender a los demás, de trabajar en equipo y que va "a la suya".

La respuesta no es sencilla y la conciencia de cada uno es un misterio. Pero en general y sobretodo para aplicárnoslo a nosotros mismos, hay que decir que hay unos prejuicios que invaden la vida y que deben ser examinados a menudo.

La oración pide abnegación, relativizar mis sentimientos especialmente sobre aquellas personas o situaciones ante las cuales me siento especialmente crítico.

Por ello no podemos ser ingenuos porque si nos instalamos en la superficialidad, en la rutina, en el activismo y en la competitividad, no podemos orar.

Pero sí podremos orar si somos autocríticos, si sabemos recoger aquello que los demás dicen de nosotros mismos, si nos sentimos animados a trabajar por los demás y a humanizar su vida, aunque experimentemos en nosotros la debilidad, la rutina o la desgana.

¿Qué situaciones me ayuda a orar o e impiden orar?

5. Vivir desde la comunidad cristiana

Es muy importante el vivir la fe desde y con aquellos hombres y mujeres que creen y que viven así de tal forma que en su vida aparece la vida nueva que Jesús trae.

La comunidad de los creyentes es el conjunto de personas desde el cual podemos decir “Padre Nuestro”, a pesar de sus pequeñeces, de sus limitaciones y de su pecado.

Comunidad que sabe que es “pecadora” pues todos tenemos debilidades, que por eso sabe que vive bajo la misericordia de Dios.

Y sabe que el Espíritu de Jesús es quien la conduce y la constituye. Y por eso aparece la santidad de Dios en la Iglesia de muchas formas.

Vivir en la comunidad cristiana me impulsa a amar más, a creer más, a esperar más.

En la Iglesia hemos aprendido a orar y desde ella oramos. No soy yo que ora, es la Iglesia la que ora desde mí.

Amo a lo que acontece en la Iglesia que es santo y amo a cuantos estamos en la Iglesia, que somos caminantes hacia Dios.

**¿Amo a la Iglesia y vivo desde ella con cuanto tiene:
el Evangelio, los ministerios, los sacramentos...?**

6. Vivir desde una vida coherente, “unificada”

La oración es una actividad que tiene las mismas actitudes de fondo que la acción de cara a los demás.

Por lo tanto para actuar y orar es necesario: escuchar al otro, ser humilde, ser pobre, ser generoso, ponerse en las manos de Dios y dejarse llevar porque nuestra vida depende amorosamente de Dios.

Así por ejemplo, para trabajar por los demás hay que ser humilde y para orar también; para ayudar de verdad hay que escuchar al otro. y para orar la escucha es imprescindible; para propagar el Reino, el Evangelio vivo, hay que ponerse en las manos del Señor, y para dirigirse a Él en el silencio de la oración, también.

En cualquier caso el horizonte último es ir acercando la realidad de la existencia a Dios. Y así, poco a poco, nuestra vida se hace oración y la oración se hace vida.

¿Tengo un vivir disperso o rezo como vivo y vivo como rezo?