

## Oración Mental

Rebeca Reynaud

Santa Catalina de Siena le preguntó al Señor cómo conocerlo y amarlo más. Jesús se le aparece y le dice:

*¾ Hija mía, ¿sabes quién eres tú y quien soy yo? Si lo sabes serás infinitamente feliz. Tú tienes que saber que eres la que no es, y Yo, el que es. Si guardas este conocimiento en el fondo de tu alma, el demonio jamás te podrá engañar, y evitarás así todas sus trampas, todos sus engaños, y sin sufrir por eso. Nunca harás algo que se oponga a mis mandamientos, y descubrirás todos los dones de la gracia y todas las virtudes del amor.*

Santa Catalina de Siena dejó escrito: *El alma que persevera en la oración humilde alcanza todas las virtudes.* Más que éxtasis o arrobamientos, hay que pedirle al Señor que nos libre del amor propio desordenado, del egoísmo y de la soberbia, en suma, que nos libre de nosotros mismos.

Para San Josemaría Escrivá la oración es "la humildad del hombre que reconoce su profunda miseria y la grandeza de Dios al que se dirige y adora, de manera que todo lo espera de Él y nada de sí mismo" (*Surco*, 259). Dicho de otro modo: orar es... ponerse uno en su sitio. (Pilar Urbano, *El hombre de Villa Tevere*, Plaza & Janes Ed., Barcelona 1995, p. 373).

Jesús les enseña a los suyos que el origen del bien está en la oración. Nos enseña a decir en el Padrenuestro, "no nos dejes caer en tentación", de la falta de unidad o de faltas de caridad. Para no caer en la tentación, dice Jesús, "velad conmigo". Se trata de no caer en la tentación de contestarle mal a alguno. No caer en la tentación de retirarle el habla a Fulano porque me hizo una corrección... San Juan de la Cruz dice que es más precioso delante de Dios un poco de amor puro que todas las obras juntas.

Si hay deseos de agradar a Dios, habrá oración. Si hay oración no le retiramos a nadie el habla, nunca. Si a alguna no le hablo, desde ese entonces no he hecho verdadera oración. Si no le hablo es que soy un baboso, un necio, gana la soberbia, estoy acariciando a la antigua Serpiente, y no me doy cuenta. A veces uno piensa: "¿Por qué pasan los meses y esta persona no se convierte?" La respuesta es muy sabida: porque no hace oración, quizás habla consigo misma, pero no habla con Dios. Otras veces condiciono mi conversión a que cambien las circunstancias, es decir, me pongo en el lugar de Dios.

Mientras no digamos "hágase tu Voluntad", no hacemos oración. Al Señor le gusta que le dediquemos *tiempo en exclusiva*, y no que a la hora de la oración hagamos otras cosas a la vez. No posponer la conversión. México tiene el 1er lugar de adoradores nocturnos. El hombre vale lo que vale su oración.

San Gregorio escribió: *Rezando alcanzan los hombres las gracias que Dios determinó concederles antes de todos los siglos.* San Buenaventura afirma que *el Señor tiene por traidor a aquel que al verse sitiado de tentaciones no acude a Él en*

*demanda de socorro*. Hacemos traición cuando no pedimos ardientemente lo que nos hace falta, cuando no cumplimos las Normas y cuando no somos salvajemente sinceros en la Charla.

De Juan Pablo II se decía que era "una montaña de oración". ¿Se puede decir eso de ti?

Cuando oramos por una persona estamos encendiendo una luz en medio de la oscuridad. La oración pavimenta parte del camino al cielo (Restrepo). La oración tiene muchas avenidas porque Dios está presente en toda la creación y si se le reconoce en toda la creación y en todas las criaturas, se está en adoración perpetua. Si le damos gracias por un nuevo día, por las plantas, el aire, la luz, y le decimos "¡qué precioso árbol hiciste, qué lindo niño!, ¡qué hermosa lagartija recién nacida!", estamos en estado de adoración, de contemplación.

Benedicto XVI dijo: "Sin oración el yo humano **termina por encerrarse en sí mismo**, y la conciencia, que tendría que ser eco de la voz de Dios, corre el riesgo de reducirse al espejo del yo". Y añadió: este encerrarse en sí mismo, lleva a un "coloquio interior que se convierte en un monólogo, **dando lugar a miles de auto-justificaciones**". La oración "es la primera y principal 'arma' para afrontar victoriosamente la lucha contra el espíritu del mal". "La **verdadera oración nunca es egocéntrica**, sino que siempre está centrada en el otro (...), sin oración no hay esperanza, sólo existe ilusión". (Miércoles de Ceniza, 2008).

Los ruidos interiores son muy incómodos y estorbosos. De los ruidos exteriores nos podemos abstraer; de los interiores es casi imposible abstraernos. ¡Cuánto ruido mete la ira! Hasta cegar la mente y cancelar el diálogo divino, nulificando la brisa del Espíritu Santo.

¿Y cuál podría ser el tema principal de oración? El Señor le dijo a una mística del siglo XX, Luisa Piccarreta: *Me es tan grato quien medita mi pasión con frecuencia, la siente y me compadece, que me siento como retribuido por todo lo que sufrí en el curso de mi Pasión. El alma que la medita llega a formar un alimento continuo en el que hay varios condimentos y sabores que producen en ella diversos efectos. Entonces, si durante mi Pasión me dieron cadenas y cuerdas para atarme, el alma me desata y me da libertad; aquéllos me despreciaron, me escupieron y me deshonraron, ella me aprecia, me limpia de esas escupitajos y me honra; aquéllos me desnudaron y me flagelaron, ella me cura y me viste; aquéllos me coronaron de espinas, me trataron como rey de burla, me amargaron la boca con hiel y me crucificaron; el alma, rumiando todas mis penas, me corona de gloria y me honra como a su Rey, me llena la boca de dulzura y me da el alimento más exquisito, como es el recuerdo de mis mismas obras; me desclava de la Cruz y me hace resucitar en su corazón. Y por cada vez que esto hace, Yo como recompensa le doy una nueva vida de gracia, de manera que ella es mi alimento y yo me hago su alimento. Me gusta que las almas mediten continuamente mi Pasión (...). Para salvar un alma hay que sufrir mucho... Las almas corren hacia su perdición y mi sangre se pierde para ellas. Pero los que me aman y se inmolan como víctimas de reparación, atraen la misericordia de Dios. Esto es lo que salva el mundo...*

Una víctima de reparación guarda silencio ante la acusación injusta, guarda silencio ante la corrección fraterna, y la agradece. La Virgen meditaba todas las cosas en su corazón, las que entendía y las que no entendía. Se fiaba de Dios. Pedirle ver todo a la luz de la fe.