

# *Reconocer una Presencia en el espesor de la vida*

*Juan Martín Velasco, Invitación a orar, Narcea, 11-23.*

## *Actitud de oración y actitud religiosa*

La oración ocupa un lugar central en la vida religiosa. La han llamado con razón su alma, su corazón, su aliento. Florece donde florece la religión; cuando enmudece en una cultura o en la vida de una persona es señal de que la vida religiosa ha desaparecido de ellas. Sus múltiples y variadísimas formas reflejan la inagotable riqueza de esa vida religiosa en las mil situaciones por las que atraviesa la historia humana, en los cambiantes estados de ánimo del sujeto y en los innumerables actos en que se realiza la persona. Por eso hay una oración para cada momento del día; hay tantas oraciones como sentimientos, y todos los órganos corporales y las facultades del hombre son posibles instrumentos de oración.

Pero ninguna de estas formas ni la suma de todas ellas agota la realidad de la oración. En todas ellas se refleja y se encarna una disposición fundamental, un temple de ánimo, una peculiar forma de ser. Es lo que llamamos la actitud de oración. Esta actitud es para nosotros la primera manifestación, la expresión originaria de la actitud religiosa, es decir, de la reacción, de la respuesta que provoca en el centro personal del hombre la irrupción del Misterio. En la actitud de oración se difracta a través de las múltiples facetas de la existencia: razón, sentimiento, libertad, ese rayo de la presencia del Misterio que toca, ciega e ilumina, a un tiempo, el centro de la persona. En esta actitud comienza el hombre a vivir la toma de conciencia de esa misteriosa presencia y la decisión de responder activamente a ella; y como vivir humanamente es expresar, exteriorizar el propio ser, en la actitud de oración proyecta el hombre sobre su expresividad corporal, sobre su duración y sobre su mundo, en una

palabra, sobre el ejercicio de su existencia, sobre su vida, su conciencia de la presencia de Dios y su respuesta incondicional de aceptación.

Pocas actitudes del hombre son tan ricas en matices como la actitud de oración. Todas las fibras de la condición humana vibran en ella al toque de ese acontecimiento inefable que es la presencia de lo divino. Ninguna está tan profundamente arraigada como ella, que tiene su origen en el centro mismo del hombre abierto al abismo del Misterio. Por eso no es fácil describirla. Pero esto no debe llevarnos a imaginarla como algo recóndito, sólo accesible a una experiencia misteriosa. En los actos externos en que se encarna y en la tonalidad que presta a la vida toda del hombre que la hace suya podemos percibir los rasgos más salientes que la caracterizan.

### *De la dispersión al recogimiento*

Todas las escuelas de espiritualidad comienzan por enseñar al hombre que quiere orar a recogerse. Sólo una mente atenta y concentrada puede descubrir una presencia que, cualquiera que sea el medio en que se manifiesta -realidad natural, acontecimiento de la vida o experiencia interior-, instaura una dimensión supraempírica. Todos los maestros de oración previenen a sus discípulos contra la distracción como su enemigo más frecuente. Pero la distracción de los sentidos y la falta de concentración de la mente son el resultado de una dispersión interior más peligrosa. El hombre necesita pasar por las realidades exteriores para realizar su vida. Tiene que ir siendo a través de innumerables actos para lograr ser plenamente. Las cosas y las acciones que se las proporcionan, reclaman permanentemente su atención. Pero ninguna de ellas responde plenamente a sus aspiraciones. Por eso cuando el hombre se abandona a ellas corre el peligro de olvidar su ser entre tanto hacer y tanto tener, y se disipa como sujeto en aquello que necesita, pero que no le basta, para realizarse. Entonces vienen la disipación, la distracción, el olvido de sí, el divertimento, la funcionalización de la vida como forma de ser, o de no ser, en la que el hombre cae con tanta frecuencia.

La actitud de oración supone -o, mejor, realiza- la superación de esa forma de vida. El hombre, que tiene su centro más allá de sí mismo en ese *interior íntimo meo* de que hablaba san Agustín, no puede realizar por sí mismo su plena *concentración*. Pero cuando se hace presente en su vida la

realidad divina aparece para él *el unum necessarium* que responde plenamente a sus aspiraciones, que acalla sus preguntas últimas, que resuelve sus tensiones. Todas las facultades del hombre, llevadas al límite de sus posibilidades, se concentran en esa realidad suprema. En ella descubre el hombre las verdaderas dimensiones de esa interioridad que anima, unifica y orienta todos sus actos. En este sentido decimos que la actitud de oración supone y realiza la concentración y el recogimiento.

Bien entendida, ésta actitud no recluye al hombre en ninguna especie de castillo interior que le aísle del mundo exterior ni de la vida. Sus facultades no se vuelven al interior del hombre en un sacrificio estéril de sus posibilidades ni en un disfrute narcisista de sus cualidades. Centradas en un centro superior al hombre, sus posibilidades se ven acrecentadas y su poder de realización, multiplicado. El hombre unificado en el *unum necessarium* ve liberadas sus energías para una acción más eficaz en el mundo, porque las tareas mundanas, reconocidas en su condición de «penúltimas» y de relativas pierden el poder de seducción y, por tanto, de esclavización sobre el hombre que antes tenían. Así, pues, la actitud de oración, al mismo tiempo que recoge al hombre, le abre, al abrir hasta el infinito el horizonte de sus posibilidades, y le libera.

### *Una vida puesta en la presencia de Dios*

Todo acto de oración comienza con un «heme aquí», «aquí nos tienes», dirigido a la realidad invisible con la que el que ora quiere comunicarse. Los maestros de la vida espiritual dicen que hay que comenzar por «ponerse en la presencia de Dios». No es exactamente hacer acto de presencia. Es, más bien, reconocerse en la presencia, es decir, presentarse requerido por una previa presencia que nos envuelve. El hombre no puede forzar esa Presencia, pero necesita disponerse a ella para que ocurra. El presupuesto para ello es «la disposición del hombre entero a aceptar esa Presencia, la simple espontaneidad sin reservas, el volverse hacia ella» (Martín Buber). «Quien no está presente -dice el mismo autor- no puede percibir Presencia alguna». La actitud expresada en todas estas fórmulas no se agota en el simple exponerse a una mirada. Indican que el sujeto que la adopta vive frente a la realidad misteriosa en la actitud de la relación interpersonal. El Misterio no es para él objeto de ninguna de sus

facultades. Es una presencia personal que transforma el ejercicio de todas ellas y confiere nuevo valor a todos sus actos. Quien ha experimentado lo que es vivir en relación interpersonal con una persona puede entender lo que significa vivir en el estado de gracia de la relación y la presencia con la realidad divina.

Desde ese estado de gracia, la vida toda y la misma naturaleza se transfigura. Vivir en ese estado de presencia no significa ver visiones, pero sí escuchar ecos, rumores del más allá, donde el hombre encerrado en sí o el hombre disipado no oye más que su propia voz o el ruido de las cosas; es descubrir en la realidad y en la vida las huellas de una presencia que las ha dejado «vestidas de su hermosura». En el diálogo de la plegaria se expresa de la forma más clara este ser desde la relación. Pero el hombre en actitud de oración no necesita hablar para estar en diálogo. Desde ella toda su vida se convierte en acto de reconocimiento y de respuesta.

### *A la luz de la verdad y en un clima de confianza*

De muchas maneras ha dicho el hombre religioso que conocer a Dios es ser conocido por él. Cuando Dios se revela al hombre, al mismo tiempo que le descubre su intimidad y se la comunica, le descubre su propia interioridad, le hace transparente su propio misterio. Le revela, en primer lugar, esa finitud radical que sólo se descubre en sus verdaderas dimensiones a contraluz, en negativo, por contraste con la grandeza divina; le revela también su condición pecadora, su incapacidad de salvarse si no es por gracia; pero le revela al mismo tiempo la dignidad de su vocación, la profundidad casi insondable de su ser, el horizonte infinito al que están abiertas sus posibilidades. El hombre religioso puede ignorar muchas cosas sobre la «composición» de la «naturaleza» humana. Pero a la luz de la relación con el Misterio se le revela, con una claridad que no le presta el mayor esfuerzo suyo de lucidez, la más profunda verdad de su condición. Y esta verdad eminentemente operativa le marca el camino que ha de seguir para su realización; le indica el sentido en que han de orientarse todos sus pasos. Por eso la Presencia de Dios es interpretada tantas veces por el hombre en oración como la luz imprescindible para caminar por la vida.

Pero muchas veces la lucidez es corrosiva, paralizadora. El hombre puede descubrir su finitud -su miseria, como decía Pascal- y verse tentado por la

desesperación o la rebeldía. Sucede así cada vez que el hombre percibe los límites de su condición en el choque con la decepción sistemática, con el fracaso continuo. La finitud aparece entonces no como don sino como condena, y engendra, según los talantes, resignación, rebeldía o desesperación. El hombre en oración descubre a la luz de Dios la miseria de su condición a la vez que la grandeza de su destino. Sus posibilidades, los recursos que constituyen su vida le parecen así caudal que procede de más allá que él mismo pero con el que él está llamado a realizar un destino hecho de valores sin límites. La vida -cualesquiera que sean las circunstancias por las que discurra- le parece así un don, fruto de una iniciativa amorosa que ilumina su origen, que él debe hacer suyo en una actitud de aceptación gozosa y de confianza. La aceptación del propio origen, la conciencia de un designio providente sobre su presente y la esperanza de un futuro absoluto y feliz como término de sus proyectos bañan la existencia del hombre en oración en un clima inalterable de confianza. Tal aceptación de la vida en sus distintos momentos y circunstancias no supone una actitud pasiva ante los acontecimientos, interpretados en su facticidad como «queridos por Dios». La aceptación del que ora no engendra fatalismos. Una actitud fundamental de confianza constituye la mejor plataforma para la lucha por transformar las condiciones de la vida; desde ella esas circunstancias se interpretarán como estímulos para ejercitar su capacidad de iniciativa. Pero el hombre en oración no acude a esa batalla armado tan sólo con su coraje y menos con su odio o su sed de venganza. La lucha contra el mal bajo todas sus formas moviliza todos sus esfuerzos, pero la confianza en un bien, que no es sólo horizonte de su tendencia sino que se ha hecho presencia y ánimo y compañía, sumerge esa lucha en una atmósfera de confianza en cuanto a sus resultados y de bondad en cuanto a los medios a utilizar en ella.

Este rasgo de la actitud orante se manifiesta de la forma más clara en los actos de esa forma aparentemente menor de oración que es la petición. En ella el hombre, enfrentado con un mal que le amenaza gravemente, en lugar de reaccionar con la desesperación o la rebeldía expresa desde esa situación de indigencia su absoluta seguridad de que su vida está en buenas manos, pidiendo -sin condicionar su confianza a la obtención del bien que pide y sin renunciar a la puesta en marcha de todos sus esfuerzos- la ayuda de alguien para quien incluso ese mal trance tiene un

sentido que al hombre se le oculta. Pero la confianza no se reduce a estos momentos de súplica sino que acompaña el ejercicio todo de la vida, lo potencia y se traduce en inalterable y agradecida alegría y en constante esperanza. A quien se ha establecido en esta actitud «nada le turba», podríamos decir utilizando la conocida letrilla de santa Teresa, «nada le espanta», seguro de que «quien a Dios tiene... nada le falta».

### *La vida y el mundo, transfigurados*

Muchas formas de oración parecen suponer como condición o proponerse como fin el retiro del mundo y el alejamiento de la vida. Y, sin embargo, el encuentro verdadero con Dios no tiene lugar en el vacío de la abstracción o del desinterés por la vida. Su Presencia nunca se le ofrece al hombre de forma inmediata. El hombre en oración no tiene, ordinariamente, visiones de Dios, sino que le descubre en medio de la vida más concreta y en el contexto del mundo. El camino para que ese descubrimiento tenga lugar no es dar un rodeo para descubrir, detrás de la vida con sus cosas, una presencia que éstas ocultan; sino penetrar a fondo en la densidad de lo sensible y de lo histórico para que en la confrontación con ello se refleje la luz interior de la Presencia, sólo visible en la transfiguración de las cosas que ve y de los acontecimientos que vive.

La primera manifestación de este acontecimiento en la vida del hombre tiene lugar en la oración de bendición y de alabanza. En ella la realidad mundana: cosas de la naturaleza, sucesos de la vida, siguen siendo lo que son, pero el hombre en oración responde a ellas no sólo utilizándolas, conociéndolas o transformándolas. A través de estas reacciones y desde la actitud de la Presencia descubre una nueva dimensión de esas cosas: su condición de don, de rumor y de huella. Y este descubrimiento le hace prorrumpir en el himno de alabanza. Insistamos, porque aquí el peligro de malentendido es muy grande: la actitud de bendición y de alabanza supone ciertamente la atención a la Presencia del invisible; pero sólo es posible desde la penetración en el espesor de la vida. Sin la Presencia, el hombre se pierde en la superficie de lo sensible y se disipa en la multiplicidad de lo accidental, pero sin el paso por la realidad y desde el vacío de la abstracción y de la evasión, el hombre no tendrá de qué alabar. No son los muertos, podríamos decir acomodando libremente la expresión

del salmo, los que alaban a Dios. Los grandes cantos de alabanza, el «cántico espiritual», el «cántico de las criaturas» suponen una enorme capacidad de sintonía con la realidad y la belleza del mundo y de la vida.

### *Más allá de la evasión y las ilusiones*

Como todas las cosas más altas, la oración se presta a las peores corrupciones. Cuando se olvida su dificultad radical y se pretende instalarse en ella economizando esfuerzos y utilizando atajos, se llega a estados que no tienen con ella en común más que el nombre. La dificultad radical de la actitud de oración es la misma que la de la actitud religiosa fundamental - la fe en lenguaje cristiano- que se expresa en ella. En esa actitud el hombre concentra al máximo sus facultades para salir de sí y entregarse incondicionalmente en la aceptación y en la confianza. Por eso es actitud que, siendo capaz de iluminar la vida del sujeto, lo hace sólo a condición de aceptar una claridad que es oscura para los ojos naturales. Por eso también sólo confiere seguridad, previa la aceptación de un riesgo absoluto. No es extraño, pues, que el hombre busque los beneficios de esta actitud por caminos más fáciles. La oración se pervierte entonces y se presta a toda clase de críticas. Con frecuencia el hombre busca en la oración traer su pequeño «cielo» a la tierra. Es la tentación de convertir la oración en ilusión o de evadirse en ella. Se trasladan los pequeños deseos terrenos no satisfechos al reino de la imaginación y se termina por instalarse engañosamente en él. Se ocultan, se olvidan o se ignoran los conflictos y las tensiones de la vida y se sustituyen por una vida idílica - imaginada- en la que, antes de tiempo, Dios enjugaría todas las lágrimas. Pero es bien sabido que el «cielo», por definición, no cabe en nuestra tierra. Y la forma de caminar hacia él -hacia el encuentro con el Misterio- no es, como veíamos antes, salirse de ella.

La verdadera actitud de oración no cae en la ilusión porque no es fruto del deseo. El hombre no acude a ella para compensar decepciones. Sólo se ora desde un encuentro, desde una Presencia en la que el hombre no tiene la iniciativa, aunque en su mano está rehusarla. Y esta Presencia no salva al hombre más que si éste comienza por renunciar a toda actitud en la que lo importante sea él mismo, sus deseos y sus necesidades. Sólo a quien comienza por renunciar a todo le es devuelto todo transfigurado en la

salvación religiosa. Con lenguaje de las escuelas espirituales, -quien parte de sus deseos sólo encontrará los consuelos de Dios, pero no el Dios de los consuelos.

Tampoco es auténtica la actitud de oración si se convierte en evasiva. El hombre en oración no ignora ni disimula los conflictos y las tensiones de la vida; ni los resuelve anticipada y engañosamente haciendo intervenir a Dios directamente como fuerza apaciguadora. Ya lo hemos visto, sólo en la vida real realmente vivida puede tener lugar el encuentro con el Misterio. Cualquier negación del mundo o de la historia conduce a una evaporación de su presencia. Y si es verdad que esta Presencia engendra alegría y confianza, no lo es menos que tales sentimientos no suponen la supresión de las dificultades, sino que proporcionan al hombre recursos para luchar contra ellas.

De varias formas ayuda al hombre la actitud de oración a mejor vivir su vida. La relativización de lo mundano que opera la atención del *Unum necessarium* le priva de su poder de seducción, de su capacidad de absorción, de su potencia obsesiva sobre el hombre. La oración hace ecuanímes, serena, presta esa difícil libertad de espíritu indispensable a los hombres para vivir sin agobios ni angustias. Además, la presencia del infinito libera en el hombre energías que difícilmente surgirían si todos sus proyectos tuviesen como objeto y como fin el mundo finito. La actitud de oración, lejos de ocultar al hombre sus conflictos, le descubre, gracias al conocimiento de sí que le procura, la raíz más profunda de los mismos y le evita contentarse con soluciones a los mismos que se reducirían a simples componendas. Por último, el hombre que vive en la actitud de relación interpersonal con el misterio, se abre así a la generosidad absoluta y en esa apertura encuentra el mejor fundamento para el reconocimiento de los otros sujetos y la colaboración interpersonal en las tareas humanas.

La actitud de oración, en una palabra, no nos sustituye el mundo y la vida reales por un reino de fantasía. Pero nos abre los ojos para descubrir la dimensión trascendente que comporta su realidad natural y nos presta los recursos necesarios para realizarla.



# *Frecuencia de la oración*

*Juan Martín Velasco, Invitación a orar, Narcea, 61-66.*

A Pedro, que preguntaba: «¿Cuántas veces tengo que perdonar? ¿Hasta siete veces?», el Señor le respondió: «Hasta setenta veces siete» (Mt 18,21), es decir, siempre. Nuestra pregunta por la frecuencia de la oración: «¿Cuándo tenemos que orar?», recibe del Nuevo Testamento la misma respuesta: «Orad incesantemente» ( 1 Tes 5,17; Ef 6,18; Lc 21,36).

Tal mandamiento, literalmente entendido, es difícil de cumplir. Tal vez, imposible. Por eso las palabras del Apóstol son entendidas de ordinario como una recomendación que se refiere a la oración «en nuestro espíritu». Así se lo explicó su primer maestro al peregrino ruso. Y ese es, sin duda, el sentido de la expresión. Pero conviene que la comprendamos bien y que desconfiemos de esas interpretaciones «espirituales» del evangelio que le hacen decir lo contrario de lo que dice una lectura sencilla de su letra. ¿Cómo tenemos que entender el «hay que orar siempre» de manera que sea realizable, pero sin que se disipe su contenido?

«Orad siempre» se refiere a la actitud. El hombre religioso, para serlo, el cristiano, para serlo de verdad, necesita vivir en actitud orante y esta actitud es una disposición permanente. Porque no afecta a un determinado quehacer del hombre, ni a su posición en la sociedad ni a las cosas que tiene. La actitud orante origina una determinada disposición de la persona que afecta a esa raíz misma del ser personal que se refleja en la conciencia, las decisiones fundamentales, la orientación de la vida. Antes de hacer tal o cual acto, de adoptar tal o cual postura, de pronunciar tales o cuales palabras y hacer tales o cuales gestos, orar significa vivir o ser de una determinada manera. Una manera de vivir que no se puede descubrir fácilmente, pero que tal vez se pueda sugerir con una imagen, la imagen de la presencia. La actitud orante significa vivir en la presencia de Dios. Aceptarla como el origen de nuestra persona, abrirse a ella como el horizonte que la envuelve y la compañía que hace la vida, sea como sea, llevadera; responder a la llamada de Dios a la vida con el agradecimiento y la confianza. Una actitud así no puede ser intermitente. Debe impregnar todos los actos como el sentido que los convierte en pasos para la realización de la persona; como el amor que, desde la persona amada, transfigura el mundo y todos los detalles de nuestra relación con él.

Una actitud así no está reñida con las acciones que componen la vida. Al contrario, las necesita. Como la luz sólo se deja ver en las cosas que ilumina, así la presencia de Dios, el invisible, se nos comunica en las cosas del mundo y en los acontecimientos de la vida que ella envuelve, acompaña y orienta. Una disposición como esa que estamos llamando actitud orante puede acompañar al hombre incluso mientras duerme. «Debemos orar necesariamente siempre y en todo lugar, no sólo durante

nuestras ocupaciones, no sólo cuando estamos despiertos, sino también mientras dormimos. Yo duermo, pero mi corazón vela» (*El peregrino ruso* 1). Porque, efectivamente hay una manera confiada de entregarse al sueño, imagen de la muerte, y una manera agradecida de recibir su visita después de un día de fatigas. Referida a la actitud, comprendemos lo que puede significar la recomendación: «Orad incesantemente».

Pero, ¿cómo hacer realidad esa actitud? La condición humana, corporal, mundana y temporal hace que el hombre sólo pueda realizarse encarnando sus actitudes fundamentales en la discontinuidad de unos actos diferentes y en la sucesión de los momentos que componen su vida. Por eso sería iluso creer que basta la convicción de que hay que orar siempre o la decisión interior de orar siempre para que sea realidad esa actitud. Así se tendrá la idea y el proyecto de la disposición pero no se vivirá la actitud. Esta necesita encarnarse en actos, momentos, palabras y gestos. Y como la vida del hombre comporta por necesidad y por exigencia de la propia fe actos destinados a otros fines inmediatos, como ganar el sustento, descansar, ayudar a los hermanos, surge de nuevo la cuestión de cómo ha de entenderse la recomendación de la Escritura en relación con los actos en que se encarna la actitud de oración. ¿Cuándo hay que orar? ¿Con qué frecuencia? La respuesta en términos generales no parece difícil. Habrá que orar tanto y con tanta frecuencia como sea necesario para que hagamos realidad, para que vivamos realmente, la permanente actitud de oración. Es posible que la medida concreta de la frecuencia sea diferente para cada uno e incluso varíe en las diferentes etapas por las que pasa la vida de oración de cada persona. Pero tal vez existan principios generales que ayudan a cada persona a encontrar el ritmo de oración que necesita.

La corporalidad y la temporalidad imponen a la vida del hombre unos ritmos naturales que las diferentes culturas pueden modificar pero que ninguna ha conseguido suprimir. El sueño y la vigilia para la acción originan la primera unidad de la vida: la del día y la noche. Nuestra vida está hecha de la sucesión de los días separados por el descanso de la noche. Cada día es un pequeño resumen de nuestra vida y de ordinario en cada día deberán hacerse presentes y tener ocasión de realizarse todas las dimensiones que nos son constitutivas. Parece difícil que la presencia de

Dios pueda acompañar el conjunto de nuestra vida sin que unos actos concretos nos permitan reconocerla cada día. De hecho en esas palabras del evangelio de Marcos (1,35) que constituyen el relato de lo que eran veinticuatro horas en la vida del Señor, se nos cuenta de él: «Se levantó muy de madrugada y salió y se marchó a un lugar solitario y estuvo orando».

Es verdad que actualmente la organización de la vida, sobre todo en las grandes ciudades, lleva a muchas personas a tener que acumular durante algunos días de la semana el trabajo para luego otros días -generalmente los del fin de semana- evadirse, olvidar el trabajo por completo y a veces no poder hacer nada. Semejante organización del tiempo hace difícil introducir un momento para la oración en el ritmo diario e incluso semanal de la vida. Durante los días de la semana, porque el trabajo ocupa la vida por completo. Durante el fin de semana, porque se llega a él en una situación de extrema fatiga en la que se hace muy difícil orar. Una situación como ésta no es buena ni para la oración ni para la vida del hombre. El trabajo termina por convertirse en un peso insoportable que aliena al hombre en lugar de realizarlo y los días de descanso se toman paréntesis en la vida, con frecuencia no menos alienantes, en los que hay que recuperar las energías que ha de consumir el trabajo. Una «organización» de la vida de ese estilo puede convertirse en una rueda que triture las posibilidades humanas de la vida y en consecuencia la posibilidad de creer y de orar.

Más razonable parece una vida en la que cada día deja, junto al tiempo dedicado al trabajo, un tiempo para el cultivo, de la propia persona, para la relación con los demás y para el desarrollo de esa interioridad en la que late la presencia de Dios. Naturalmente, las condiciones no siempre ideales que la sociedad impone a nuestra vida condicionarán las formas concretas de nuestra oración diaria. Y es muy importante que busquemos formas que resulten fácilmente compatibles con nuestras condiciones de vida. Uno puede, por ejemplo, desear para sí una forma monástica de oración, pero si vive en medio del mundo y en condiciones de vida poco favorables para el silencio, hará bien en ejercitarse en formas de oración personal más fácilmente compatibles con el ajetreo, la sobrecarga de trabajo y un entorno tal vez lleno de movimiento.

La experiencia de muchos cristianos muestra que no resulta positivo para la vida de oración suprimir por la escasez de tiempo el ritmo diario de algún acto de oración pretendiendo compensarlo con momentos más largos semanales o mensuales. La falta de ejercicio diario de esa actitud que debe ser permanente lleva a la atrofia de las facultades y a una mayor dificultad de los actos. En cambio, la fidelidad a unos actos diarios de oración, aunque sean breves, mantiene viva la atención a la presencia de Dios y lleva a la búsqueda de momentos más amplios cuando las circunstancias lo permitan: en los fines de semana, por ejemplo, o con ocasión de otros tiempos de vacación.

Volviendo otra vez a los términos generales, «orad incesantemente» significa que la oración no es sólo actitud para cuando se dispone de todo el tiempo como en las vacaciones, ni sólo una obligación más para los días laborales. Hay una oración para los días en los que el trabajo ocupa casi todas las horas y una oración para los días de descanso. Una oración para cuando comienza la semana y otra para cuando termina. «Orad incesantemente» nos invita a mantener abierta la conciencia y la voluntad a la presencia de Dios en medio y a lo largo de toda la vida. Pero nos recuerda, además, que eso sólo es posible si nuestra vida está jalonada de momentos de atención expresa y de explícito reconocimiento a esa presencia.

# *Orar para vivir*

*Juan Martín Velasco, Invitación a orar, Narcea, 87-91.*

El título del conocido libro de R. Voillaume encanta por la pluralidad de sentidos y de mensajes que comporta. Todos ellos confluyen en la superación de ese peligro que amenaza con divorciar la oración de la vida e introducirla en un camino paralelo a los caminos de la vida. El peligro es de siempre y desde siempre ha sido denunciado por la literatura espiritual: «No todo el que dice: Señor, Señor, entrará en el reino de los cielos» (Mt 7, 21). «Que no, hermanas, no; ¡obras quiere el Señor!» resumirá por su parte santa Teresa (*Moradas V*, 3, 11).

*Orar para vivir* significa, en primer lugar, que la oración tiene que estar orientada a la transformación de la vida; que una oración estéril, que no produzca en la vida del orante los frutos de las buenas obras, muestra que en el corazón del hombre no ha sucedido nada real, que el sujeto, sean cuales sean sus gustos o sus ideas o sus imaginaciones, no se ha encontrado realmente con nadie.

Pero la insistencia exclusiva en este aspecto necesario podría llevar a una forma de perversión pragmatista o utilitarista de la oración. La oración, el encuentro con Dios, convertido en mera palanca para la consecución de las buenas obras. Dios puesto al servicio de nuestro progreso moral, de nuestra tranquilidad de conciencia y, tal vez, de nuestra autocomplacencia. ¿Hay algo más opuesto a la lógica, a la verdad de la relación con el Misterio, que esa oración en la que las fuerzas de Dios se suman a las nuestras para permitimos alcanzar el ideal de nuestra perfección? No; la verdadera oración, que nunca puede ser puro juego, aunque algunas formas de oración -sobre todo litúrgicas- algo tengan que ver con el juego, tampoco puede convertirse en instrumento al servicio de otra cosa que «lo único necesario», el reconocimiento del Misterio.

Así pues, *orar para vivir* significa además otra cosa. Significa que la oración es indispensable para poder vivir. Como respirar, como alimentarse. Significa que la oración presta a la vida el sentido, la orientación, sin la que ésta se tornaría intolerable. Que la oración alimenta la confianza que la hace aceptable. Significa que sin la oración llegaría muy pronto para los creyentes el momento del «ya no puedo más» que hace la vida imposible. *Orar para vivir* significa, por tanto: «orar para poder seguir viviendo».

Pero tal vez sólo capta el sentido de la expresión quien aprende a orar desde la vida. Llevando la vida a la oración y tratando de encarnar la oración en la vida. Orar desde la vida consiste, en primer lugar, en hacer la propia vida «materia» de oración, recordando sus acontecimientos felices en la acción de gracias, haciéndose eco de sus maravillas como maravillas de Dios en la alabanza, pidiendo perdón por las desviaciones personales del designio de Dios sobre nosotros, expresando la confianza ante el futuro por incierto que sea y pidiendo ayuda en los malos trances que nos depara. La naturaleza, hierofanía permanente, no es el único lugar en el que

Dios se refleja para el hombre. Para la tradición bíblica, Dios se manifiesta sobre todo en el fluir de la historia colectiva del pueblo y en esa otra historia pequeña que es la vida de cada creyente. Considerando nuestra vida, todos podemos decir como María: «El Poderoso ha hecho obras grandes en mí». Orar desde la vida es, en primer lugar, reconocer en los acontecimientos, sean como sean, la guía callada, la orientación y la densidad que les confiere el designio amoroso de Dios. «De la noche a la mañana, de improviso se presentan la alegría y el sufrimiento; mas ambos te abandonan antes de que te percares y se dirigen al Señor para comunicarle cómo los has soportado» (*Bonhoeffer: Resistencia y sumisión, Sígueme*, 1983,pág.32).

La atención del orante a su propia vida cuando ora, transforma permanentemente su oración. Sólo quien ora en abstracto tiene el peligro de las fórmulas estereotipadas y de la rutina. De la misma manera que hay una oración de la mañana, y otra para el atardecer, hay una oración diferente para las diferentes horas de la vida. Así, una buena educación de la oración, en lugar de imponer al niño fórmulas que sólo los adultos comprenden, le introducirá en la capacidad de admiración y de gratitud por la vida y le dejará que lo exprese en su balbuceo infantil. Y hoy vamos viendo cómo a medida que las generaciones jóvenes crean sus propias formas juveniles de oración redescubren el gusto por la oración que parecían haber perdido. ¿Cómo tendrá que ser la oración del hombre y la mujer maduros cuando éstos rezan desde sus vidas llenas de preocupaciones, tareas, prisas, cansancios prematuros, gozos y temores? Qué edad tan preciosa la vejez para orar en el sosiego del atardecer muchas cosas, en la plenitud de otras que se consuman, en el desasimiento aceptado a través de las limitaciones y los sufrimientos y en la esperanza de la transformación: «Enseñanos a contar nuestros días, para que entre la Sabiduría en nuestro corazón» (Sal 90, 12).



Pero no se trata tan sólo de encarnar la oración en las diferentes edades de la vida. Quien ora desde la vida, la encarna también en los diferentes aspectos y elementos que la componen; la voz y el gesto, el pensar y el querer, la profesión, el trabajo, el ocio y la amistad, el gozo y el sufrimiento. Orar desde la vida es aprender a aceptar y asumir todos estos ingredientes de la vida y hacer con ellos una tarea de servicio a los demás que continúe el amor creador de Dios.

*Orar desde la vida* puede llegar a hacer de la propia vida un salmo en el que resuena la bondad, la belleza y el amor de ese manantial del que proceden nuestros días y ese mar al que se encaminan nuestras vidas, que llamamos Dios. Aquí se consuma la unión de la oración con la vida a la que aspiramos.

No es la voluntad que se somete a otra voluntad más poderosa, pero impuesta desde fuera como una ley por medio de la obligación. Es la coincidencia del que se entrega en la confianza a la voluntad que le ha puesto en la vida y le está haciendo permanentemente vivir. Cuando la oración desde la vida nos ha descubierto esa presencia y hemos consentido a ella con el «heme aquí», «hágase en mí», «Señor, ¿qué quieres que haga?», todos los acontecimientos de la vida irradian esa presencia y la proclaman. Se ora desde la vida, porque la vida toda, que procede de una voluntad libremente entregada a la de Dios, se ha hecho oración.