

# LA EXPERIENCIA DE DIOS EN LA VIDA

Todo lo dicho se aplica a la oración en general, pero de un modo particular a la oración personal privada. Esta oración que se hace en la soledad, sosegadamente, en silencio interior... es imprescindible para ser hombre o mujer de oración. Sin embargo, ya en muchas ocasiones se trata de ella, de los métodos, de las etapas, etc. Y en cambio, no se insiste debidamente en el modo de realizar la "oración en la vida", tan importante como la otra y totalmente insustituible para el Religioso/a de vocación apostólica para quien la oración ha de ser un encuentro con Dios en todas las cosas y a lo largo de todo el día.

## 1. Dónde encontrar a Dios

Para encontrar a Dios en la vida hay que saber dónde hay que buscarle. Es en todas las cosas donde hay que buscarle; pero hay, sin duda, lugares privilegiados donde Él se hace el encontradizo. Recorreremos algunos:

**Sagrada Escritura.** Por ella "el Padre que está en el cielo sale amorosamente al encuentro de sus hijos para conversar con ellos" (DV 21). Además del sentido objetivo que contiene la Escritura, es también una Palabra de Dios viva e inagotable que nos habla con un sentido nuevo en cada circunstancia de nuestra historia personal y colectiva. Sin llegar al extremo de quererle dar una interpretación mágica, si es verdad que una misma palabra de Dios va tomando sentidos insospechados y a cada uno nos dice cosas distintas adaptándose a nuestras situaciones y vivencias.

**Eucaristía.** Es la "fuente" de donde dimana todo. Sobre todo, celebrada en la mañana, es alimento para el camino, es manantial de vida, de fe, de fuerza, de amor. Celebrada al fin del día es la "cumbre" a donde llegan todos los afanes y trabajos del día, de las actividades y vivencias... convertidos en historia de salvación. Y, en todo momento, es presencia amorosa, intensificación sacramental de su continua presencia en nuestras vidas. Presencia en la fe y ausencia nostálgica en los sentidos.

**Naturaleza.** También a través de ella Dios nos habla. Es como un libro abierto fácil de leer cuando se tienen los ojos limpios. Su contemplación nos hace sentir la nostalgia de la Belleza y Bondad infinita del Creador, al mismo tiempo que nos invita a señorear y transformar el mundo para el servicio del hombre. Muchos santos y personas de oración han sabido descubrirle en el mar, en las estrellas, los bosques, las mariposas y los pájaros. San Juan de la Cruz, herido por el amor, escuchaba en cada creatura un susurro que intentaba balbucear el nombre de Dios:

*"Y todos cuantos vagan  
me van de ti mil gracias refiriendo,  
y todos más me llagan  
y déjame muriendo  
un no sé qué  
que quedan balbuciendo."*

Cuando el amor está encendido, todas las cosas le llevan a desear vehementemente contemplar el rostro de Dios y saciarse de su belleza infinita:

*"¡Oh cristalina fuente!  
si en estos tus semblantes plateados  
formases de repente  
los ojos deseados  
que tengo en mis entrañas dibujados."*

**Los signos de los tiempos.** Son los grandes acontecimientos que caracterizan una etapa de la historia: la pobreza institucionalizada de las grandes mayorías, el estado de dependencia de los pueblos del Tercer mundo, la rebeldía de los jóvenes contra la corrupción de la sociedad, la crisis del comunismo y del capitalismo neoliberal. También se puede descubrir en estos signos el plan salvífico de Dios.

**Los hermanos.** Dios se hace presente de un modo especial en cada hermano. Al leer el Evangelio nos llama la atención ver que los discípulos en varias ocasiones no supieron reconocer al Señor cuando estaba

presente. Los discípulos de Emaús estuvieron hablando con Él varias horas y no se dieron cuenta hasta el partir el pan. Se les presentó como un peregrino cualquiera con tanta naturalidad... María Magdalena le buscaba desesperadamente y Él estaba allí junto al sepulcro; pero María le confundió con un hortelano. En un momento en que los Apóstoles estaban en peligro de naufragar y necesitaban al Señor, Jesús se hace presente y ellos se ponen a gritar "¡Un fantasma, un fantasma!". Hasta que les ha de decir, "Soy yo, no teman". Y otra vez, también en el mar, después de una noche infructuosa, se les presenta un desconocido en la playa que pone en evidencia su fracaso y les da consejos de cómo han de echar la red. Hasta que se dio el milagro no le reconocieron.

Es el misterio de Dios encarnado que se ha hecho hombre en nuestros hermanos. Él está en el caminante y en el hortelano y en toda persona que se acerca a nosotros. A veces su presencia es grata, a veces nos trae complicaciones y hasta en alguna ocasión nos llena de temor y angustia y lo confundimos con un fantasma. Pero es Él, presente en el hermano. No es sólo una presencia metafórica: más allá del color de los ojos y del talento o simpatía de una persona, compenetrado con lo más íntimo y personal de cada hombre, allí está Dios encarnado.

La fe, alimentada por la oración, es la que descubre el rostro de Cristo en el hermano. O mejor, le redescubre, le re-encuentra, le reconoce, como los de Emaús le reconocieron al partir el pan porque otras veces se habían sentado con Él a la mesa, y Magdalena reconoció el tono de su voz cuando la llamó "María" porque se lo había dicho infinidad de veces.

No es fácil conocer a Jesús en el hermano. Sólo el que ha conocido el tono de su voz y su estilo personal en largos ratos de contemplación en la soledad, es capaz de reconocerlo luego en cada hermano. Para ser "contemplativo en la acción", se requiere antes ser "contemplativo en la contemplación".

*Dios presente en mí.* En el corazón de cada hombre hay un misterio: el misterio de Dios presente. "Dios es más íntimo a mí mismo que mi misma intimidad" (S. Agustín). En lo más hondo de mi ser, allí de donde brotan los anhelos más profundos, las ansias de un amor insaciable, donde se escuchan los gemidos del Espíritu que clama "Abbá-Padre", está Dios presente como en un templo vivo. "¿No saben ustedes que son templo de Dios y que el Espíritu habita en sus corazones?" (1 Cor 3,16). Podemos decirle: eres el Dios que "me abrazas por detrás y por delante", que "conoces lo que pienso". Aquel de quien no puedo huir: "si subo a las alturas, allí estás y si bajo a los abismos de la muerte, allí también estás" ... "y cuando me despierto, aún estoy contigo" (Sal 139).

En *los acontecimientos de la historia*, en los grandes y en los triviales de cada día. Hoy Dios nos habla de modo impactante a través de la realidad. La situación social y las estructuras en que se apoya son una palabra viva de Dios. Cuando son hecho trascendentales que nos sacuden, resulta más fácil descubrir a Dios presente, pero las personas sensibles al Espíritu saben reconocer la delicadeza y la ternura de su Providencia también en las cosas insignificantes..

Y también está presente en la injusticia y en la violencia; no sólo en las cosas bellas y en las historias edificantes. También se halla en "el grito de los pobres" y en las situaciones de opresión y en el abandono y en la muerte. Si "nuestro Dios" nos llevase a desentendernos de la situación de las masas marginadas o de los problemas del mundo, sería un Dios imaginado, pero no el que se encarnó en me dio de su pueblo.

## **2. Cómo encontrar a Dios en la vida**

Es la necesidad y el deseo de aquellos que se dedican a la vida activa, ocupados todo el día en el trabajo apostólico. No pueden pasar largas horas en la contemplación retirada y, sin embargo, pueden y necesitan encontrarse con el Señor en la misma marcha de su actividad continua. Una actividad asumida por amor al Señor y orientada a la edificación del Reino no ha de ser una fuente des disipación y de alejamiento de Dios, aunque con frecuencia en la práctica se da una verdadera dicotomía entre contemplación y acción. Ha de haber una manera de encontrar a Dios en la vida y de entrar en diálogo de amor con Él.

Hay personas que han conseguido estar en una continua relación con Dios en medio de su trabajo ordinario. La experiencia de Dios ha invadido ya toda su vida y se ha convertido en el hilo conductor que da unidad y sentido a toda su existencia. San Ignacio de Loyola, al fin de su vida, un día en que se sintió abierto a la confidencia, llamó al P. González de Cámara y le confesó que a lo largo de su vida siempre había ido

"creciendo en devoción, es decir, en facilidad de encontrar a Dios, y ahora más que en toda su vida. Y siempre y a cualquier hora que quería encontrar a Dios lo encontraba" (Autobiografía 99). Era como haber llegado a una cumbre después de una larga peregrinación. No había sido fácil conseguirlo; era más bien el fruto de una gran sensibilidad espiritual que le hacía descubrir continuamente la presencia amorosa de Dios, y de una fidelidad en la respuesta que le llevó a "encontrar a Dios en todas las cosas". Ignacio fue el místico que consagró un modo nuevo de ser "contemplativo en la acción".

La oración en la vida es aquella **oración continua** que recomienda San Pablo: "oren sin intermisión". Pero, ¿acaso es posible orar cuando la atención está absorbida por mil realidades concretas? ¿Cómo conseguir que toda la vida sea oración?

No se ha de pretender una continuidad material que nos haga dedicar todo el tiempo a rezar abandonando nuestras obligaciones. Esto es lo que pretendió la secta de los Masilianos en el siglo V. Pasaban el día recitando oraciones y sin trabajar y, al atardecer, invadían las calles para pedir limosna. El Papa los condenó como herejes. Ciertamente algunos han vivido con éxito esta oración continua, como el "peregrino ruso" que repetía sin cesar "Jesús, Hijo de Dios, ten compasión de mí", hasta que la oración se hizo en él un hábito ininterrumpido. Y puede ayudar este método para iniciarse en un estilo de oración. Pero no es posible a quien está ocupado en un trabajo apostólico usarlo de un modo habitual.

Tampoco se puede pretender una continuidad psicológica teniendo siempre la mente fija en Dios, o rellenando todos los huecos con jaculatorias. Esto no es posible hacerlo por mucho tiempo sin poner en peligro la salud mental y sin impedir la seriedad del trabajo.

Entonces, ¿dónde está la solución? Creo que hay que buscarle en el campo de la afectividad. Se trata de lograr la "conversión afectiva", que es un paso trascendental en la vida de oración. Es el que conduce a la experiencia habitual de Dios en la vida. Esto se da en el momento en que el amor ha invadido ya el corazón y la persona queda totalmente absorbida por los intereses del Reino de Dios. Y todas las otras cosas se van integrando en el Amor único que lo llena todo. Y entonces crece la sed de Dios y el deseo de entregarse al servicio de los hermanos.

El ideal es llegar a vivir en un "*estado de amor*" en el que cualquier acontecimiento hace brotar la oración. Para las personas que lo viven sí es verdad que "todo es oración". La experiencia de Dios ha invadido ya toda la vida y han alcanzado la meta de orar sin intermisión. Este estado de amor es semejante al de una mamá respecto de su hijo. No es que esté todo el día pensando en él; pero todo lo que sucede al hijo repercute en el corazón de la madre en forma de amor. Si el niño se hiere jugando, la madre se preocupa y le cura, y esto es amor. Si el niño trae buenas notas de la escuela, ella se siente feliz. Y esto es amor.

Cuando un religioso/a vive en estado de amor, todos los acontecimientos de la vida adquieren un sentido religioso, le hacen vibrar y le ponen en comunicación con el Señor, en forma de acción de gracias o de petición o de adoración de sus designios. El amor que anida en el corazón brota continuamente y se pone en comunicación con el Amado.

### **3. Forma concreta de realizarlo**

La oración sin intermisión no puede, pues, ser con una continuidad material ni psicológica, sino afectiva. Pero, ¿cómo realizarlo en la práctica?

#### **3.1. Contemplación y acción**

Un método concreto, tradicional en la Iglesia, es el que podríamos llamar "de circularidad"; se retira uno a la contemplación en la soledad y allí se da la experiencia de Dios que llena el corazón. Es el momento del diálogo con Dios que conduce a crecer en el amor. Y el que ha tenido esta experiencia siente la necesidad de comunicar a los demás la Buena Nueva y se lanza a la acción apostólica. Esto es lo que da eficacia evangélica al apostolado, comunicar "lo que hemos visto y oído, lo que hemos tocado con nuestras propias manos" (1 Jn 1,1).

Pero en un segundo momento, en la acción apostólica se experimenta el desgaste y la necesidad de volver a la contemplación para recuperar la intimidad con el Señor. Y así se va pasando de la contemplación a la acción y de la acción a la contemplación. Es la formulación de la espiritualidad dominicana: "contemplata aliis tradere" = lo contemplado entregarlo a los demás.

Este proceso sin duda es necesario; no se puede pretender un apostolado fecundo sin una fuerte experiencia de Dios. Lo contrario sería pronunciar palabras huecas y dar manotazos al aire. Es necesario, pero no parece suficiente para quien tiene una vocación de vida activa. Aquí todavía se da una dicotomía de fondo: hay un tiempo para el encuentro con Dios y otro para el encuentro con el hombre; un tiempo para llenar los depósitos y otro para desparramar el agua. ¿No es posible encontrarse con Dios el encontrarse con el hermano? ¿No está Dios presente en la realidad de la vida y en los acontecimientos de la historia? ¿No nos revelará el Señor en el último día que era Él el encarcelado y el enfermo al que visitamos? Por eso se requiere dar un paso más.

### **3.2. Contemplación en la acción**

Lo que se busca es integrar la contemplación y la acción como una sola cosa. La oración no puede estar separada de la vida. Si Dios está presente en las personas y en los acontecimientos, ha de haber un modo de encontrarse con Él también en el mundo. No es preciso huir a la soledad como si sólo habitara en el desierto. También está en el bullicio de la vida, aunque tal vez resulte más difícil descubrirlo y se requiere tener el oído más fino. Es el arte de "encontrar a Dios en todas las cosas" o, lo que es lo mismo, "ser contemplativo en la acción". La acción apostólica, la dedicación a hacer el bien, el trabajo en favor de los demás es el lugar privilegiado del encuentro con Dios.

En el proceso de una auténtica vida de oración se van acercando cada vez más la unión con Dios y la vida. Esta unidad la va realizando el amor. El amor traspasa las barreras de la hora formal de contemplación para invadir todas las horas del día. Entonces se llega a "orar sin intermisión". La vida toda se convierte en materia de contemplación para descubrir a Dios amorosamente presente en ella, y la contemplación se desplaza a la vida para unirse con Dios que realiza en ella la historia de salvación. Entonces el encuentro con Dios no absorbe la atención que ha de ponerse en las personas y en el trabajo apostólico, pero su presencia es como una música de fondo que acompaña y da sentido a todo. Y en ciertos instantes, brevísimos con un "flash", se convierte en un diálogo explícito de amor sin palabras. Como en el caso de la madre respecto de su hijo, cualquier acontecimiento hace brotar el amor encendido en el corazón. Esta experiencia tiene como tres momentos:

- a) El primero consiste en descubrir la presencia amorosa de Dios de una manera difusa como quien ha advertido que "tu Amigo está aquí y te llama".
- b) En un segundo momento se entra en un diálogo instantáneo de amor con Él.
- c) Y al fin se continúa en la acción colaborando en la obra salvífica que Él está realizando en la historia y en cada persona. Así, contemplación y acción se han hecho una misma cosa. A Dios se le puede encontrar en todo, especialmente en los lugares antes mencionados: la Escritura, la naturaleza, los signos de los tiempos, los hermanos, mi interior... pero para el apóstol el lugar más adecuado para el encuentro es la acción evangelizadora.

### **3.3. Contemplación en la liberación**

Ser contemplativo en la acción incluye el encontrar a Dios en todas las cosas. Resulta más fácil descubrir sus huellas en las cosas que podríamos llamar "positivas": en la generosidad de un joven que asume la causa de los pobres, en una religiosa que cuida con cariño a los leprosos o a los ancianos, en el talento de un investigador, en los ojos inocentes de un niño... En el fondo se trasparenta la Bondad, la Belleza, la Justicia, la Verdad de Dios.

Pero, ¿es posible encontrarle en la violencia cuando Caín asesina a su hermano inocente, en la injusticia cuando se oprime al débil, en la pobreza institucionalizada, en el sinnúmero de modos de esclavización del hombre por el hombre? Sí; también allí se halla Dios, pero allí está como Libertador, protestando contra la violencia y la injusticia y exigiendo nuestra colaboración para cambiar las estructuras de opresión y hacer presente el Reino de Dios.

En esas situaciones, la única manera de experimentar a Dios es ponerse a trabajar con Él para cambiar la historia satánica en historia salvífica. Ser contemplativo en la liberación no es sino una modalidad de ser contemplativo en la acción, pero poniendo el acento en la acción transformadora de las estructuras y acciones que son contrarias al plan salvífico de Dios.

## 4. El paso indispensable

La clave para ser contemplativo en la acción no está en usar técnicas ocultas para acordarse de la presencia de Dios o en dar con un método excepcional, una especie de "assimil", para conseguirlo en quince días. Claro que estas cosas ayudan; pero el secreto está en algo más profundo, en la *limpieza de corazón*: "Bienaventurados los limpios de corazón porque ellos verán a Dios". Y lo verán no sólo en el cielo, sino en la tierra. Serán capaces de encontrarle en todas las cosas y personas. El mundo se les hará transparente y les descubrirá el rostro de Dios.

Tener limpio el corazón significa tener una sola mirada, *una sola intención*, orientada exclusivamente a buscar el Reino de Dios. Con frecuencia las segundas intenciones egoístas se adhieren aun a nuestras mejores obras, Hago una limosna, pero miro de reojo para advertir si alguien me ha visto para que se den cuenta de que soy bueno (cfr Mt 6,2). Tener limpio el corazón es lo mismo que "ser persona de toda confianza". La persona de la que podemos fiarnos plenamente es aquella que sabemos no nos hará ningún daño, que nunca nos traicionará, que no se aprovechará de las ocasiones en su favor porque no tiene intereses ni ambiciones personales y lo único que pretende es servir y hacer el bien.

Tener limpio el corazón significa *negarse a sí mismo* en todo lo que es contrario al amor; es negar el egoísmo para "en todo amar y servir".

Por eso, un paso trascendental en la vida de oración es la "*conversión afectiva*". Es el momento en que el amor de Dios y del hermano ha invadido ya el corazón y toda la persona ha quedado absorbida por los intereses del Reino de Dios. Y todas las otras cosas se van integrando en el Amor único que lo llena todo. Esta actitud es la que conduce a la experiencia habitual de Dios en la vida.

Dicho con una frase de San Ignacio, el estado de amor se vive cuando "se ama a Dios en todas las cosas y a todas las cosas en Dios". En la primera parte de la frase las cosas y personas son una ocasión para encontrarse con Dios y amarle en ellas. Pero esto podría parecer un menosprecio de las personas y cosas. Se ha de completar con la segunda parte de *amar a todas las personas y cosas en Dios*. Ellas son el objeto directo de mi amor, pero "en Dios", es decir, Dios es el Amor *con mayúscula* y todas las personas y cosas han de estar en *conexión* con el amor de Dios, sin que pretendan sustituirlo no separarme de Él. Son los amores con *minúscula*. Esto supone ya vivir en el estado de amor de que hablábamos y esto, a su vez, supone ordinariamente muchas horas de vuelo en la oración y mucha limpieza de corazón. Un amor "desordenado" es el que se desconecta del Amor de Dios buscando la propia satisfacción o huyendo de una repugnancia al sacrificio.

Ahora bien, *¿cómo conocer* si en mí se ha realizado ya la conversión afectiva? No es difícil comprobarlo. En los momentos de sosiego, en que no tengo una preocupación inmediata, ¿adónde vuela espontáneamente el corazón? Si mi corazón vuela a mí, para mí, de mí, conmigo, alrededor de mí... es que no se ha realizado la conversión. Yo sigo siendo el centro del universo. O puede ser que sí se haya dado la conversión, pero tal vez, le corazón esté enredado temporalmente en un amor desordenado que impide la intimidad con Dios.

Si se realizó esta conversión, el corazón vuela espontáneamente a Dios o a personas y cosas relacionadas con Él. San Juan de la Cruz pone la comparación de la paloma del Arca de Noé. Cuando la soltaron, buscó dónde posarse y no encontró sino agua y tuvo que volverse al Arca. Así la persona en quien se ha obrado esta transformación afectiva, vuelve continuamente a Dios en quien encuentra su centro y su descanso. Siente como un magnetismo sutil que le atrae hacia Él y busca ocasiones de gustar su presencia y le va encontrando en todos y en todo.

## 5. Modelos de contemplativos en la acción

Un modelo es el B. Pedro Fabro, S.J., compañero de San Ignacio. Todo le hacía entrar en contacto con Dios. Un día cuando intentaba hacer oración, estaban arreglando el reloj de la catedral y las campanadas continuas le impedían concentrarse. Hasta que pensó que él era ese reloj descompuesto y comenzó a pedirle al Señor que le pusiera las saetas a la hora, ayudándole a sujetarse a su voluntad. Una vez por la calle, un señor le pidió confesión porque necesitaba "un barrido general" y Fabro le pidió a Dios ser una buena escoba que limpia sin quedarse ella con la suciedad. Recorriendo a pie los caminos de Alemania, al ver los campos de trigo dorados para la siega, daba gracias a Dios por todos los que iban a comer de ese pan,

pensando que seguramente el dueño se habría olvidado de agradecersele. Otra vez tenía una cita con el Emperador, pero el portero no le daba el paso. Comenzó a impacientarse hasta que al fin se puso a dialogar con el Señor pidiéndole que cuando llamase a la puerta del cielo no le hiciese esperar. Luego le pidió también por ese portero tan antipático, que en el cielo le trataran mejor de lo que le había tratado a él.

Esta experiencia continua es también la que tuvo San Pablo. Para él la oración brotaba de la vida, del trato concreto con los hermanos, de la acogida de los fieles, del progreso de la fe en las comunidades, de la oposición de los adversarios. Los acontecimientos favorables eran un motivo de dar gracias a Dios (Flp 1, 3-5; Col 1, 3-5; 1 Cor 1, 4; 1 Tes 3, 10; etc.). La noticia de contrariedades le causaba preocupación y le hacía acudir a la oración de petición (2 Tes 1, 11-12; 1 Tes 3, 10; etc.). Otras veces, al recordar a los miembros de una Iglesia, le hacía recorrer ante el Señor todos los nombres de aquellos que constituían sus relaciones por razón del Reino (cfr Rom 16). En Pablo no había dicotomía entre vida y oración. Él llevaba dentro el amor a Cristo, por quien trabajaba y sufría, y con cualquier ocasión se manifestaba.

Y ésta fue la experiencia continua de Dios que tuvo Jesús. Él fue el mayor contemplativo. A Él los pájaros y los lirios del campo le hablaban del Padre, los sembradores y viñadores le recordaban el Reino de Dios. Y aun los salteadores de caminos le inspiraban para hablar de la caridad con el prójimo. De Él se puede decir, con mayor razón que de Moisés (Hebr 11,27) que "caminaba como si viera al Invisible". Jesucristo nos muestra cómo toda nuestra vida está llamada a convertirse en experiencia de Dios.