



PRIMERA VÍA: CONTEMPLAR A DIOS EN UNO MISMO

Yo soy un don de Dios. Mi historia personal es la historia de una fidelidad. Todo es gracia.

Hay que empezar por el principio. Y el principio, en psicología y en vida espiritual, es que todo comienza en uno mismo, aunque provenga de fuera; que sin amarse a uno mismo, es imposible amar a los otros; que el auto-desprecio lleva al aislamiento y engendra el odio hacia los demás. Ahora bien, ¿qué es lo que puede hacernos amables a nosotros mismos? ¿Nuestras obras? El que se hace fuerte en sus obras está condenado a encontrarse con su pecado y, por lo tanto, con la experiencia de autofrustración, como ya nos recordó San Pablo.

Más al fondo de nuestras obras -de las buenas y de las malas-, somos don de Dios, imagen suya, hechura de sus manos, una palabra de amor emitida por Aquel a quien Jesús definió como «Abba», Padre. A este dato fontal, anterior a nuestras obras -«El nos amó primero»- hemos de dirigir nuestra contemplación. De él dimana la posibilidad de hacernos contemplativos en todo lo demás, seres y acción.

La escucha de esa palabra que somos lo hará, y en su adorante contemplación no hace falta idealizar nuestra imagen real (alguien la ama tal como es, haciéndole posible así ser renovadamente otra) ni huir compulsivamente de nuestra culpa ni considerar la historia como un proceso cerrado y sin remedio. Si Alguien me ama, me puedo amar. Si Alguien me acoge como soy, puedo cambiar. Si Alguien es misericordia para mí, puedo yo ser misericordia histórica para los demás.

No es un ejercicio fácil este de «orarnos a nosotros mismos ante Dios». La dificultad viene de que la vida moderna no provoca excesivo gozo de vivir, y de que el creciente proceso de interiorización psicológica nos devuelve imágenes muy deterioradas de nosotros mismos. ¿Quién nos hará no ya orgullosos de nosotros mismos -que no hay razón alguna para ello-, sino contemplativos de un Dios que nos ha dado la vida y que, a través de ella, desea darse a sí mismo?

Contemplada de este modo, no sólo mi vida, sino también mi historia personal aparece como **la historia de una fidelidad**. Mirando hacia atrás en ella, puedo descubrir hasta qué punto ha estado habitada por Dios, sostenida por él, liberada de hito en hito por su gracia. Orar el pasado, en cuanto es historia de Dios en mí, es un importante ejercicio contemplativo, porque capacita para vivir el presente y el futuro en la misma clave.

Así es como, poco a poco, toda realidad se transfigura hasta hacerse sacramental transparencia de Dios: *todo es gracia*.

«Loado seas, mi Señor, por el hermano sol, la hermana luna pero loado seas también por la hermana enfermedad, la hermana muerte... ». Cuando, en medio de nuestra vida, brilla el sol por el día y la paz por la noche, allí está Dios como Señor de la danza que nos convoca a la alegría. Cuando falta la luz y nuestro pan

son las lágrimas, allí está también El, aunque sea en forma de ausencia, provocando la entrega confiada de nuestro futuro en sus manos.

Que yo soy un don de Dios, que mi historia personal es la historia de una fidelidad, que todo es gracia... me parece una importante materia prima de contemplación, una primera vía de acceso a la experiencia del ser «contemplativos en la acción», porque sin ella el mundo exterior se entenebrece y nos quedamos sin la vivencia personal de la fe que nos ayude a vivirlo desde Dios y a empujarlo hacia su progresiva fraternización.

Para tu reflexión personal que posteriormente puedes compartir:

Siéntete amado (a) por Dios. Repasa tu historia personal desde esta perspectiva. Recuerda y revive los momentos, etapas, acontecimientos, personas en las que percibes el amor que Dios te ha tenido a lo largo de la vida. (anótalos)

Contempla cómo tu historia ha estado y está habitada por Dios. Alábele por ello. (Puedes componer una oración, un salmo de gratitud, un poema, una canción).

¿Cómo te ves en este momento de tu historia, de tu vida? ¿Cómo está tu capacidad de maravillarte, de sorprenderte?

SEGUNDA VÍA:

CONTEMPLAR A DIOS EN LA HISTORIA Y EN EL MUNDO

Dios ama y defiende la vida en un mundo cuyo encerramiento en el pecado produce mil formas de muerte.

Este sería un segundo principio operativo, una segunda vía de acceso a la experiencia de ser “contemplativos en la acción”.

Porque el Dios anunciado por Jesucristo no existe sin el Reino de Dios; porque el Reino de Dios dice una relación directa, aunque no sea exclusiva, con los acontecimientos históricos; porque la postura de Dios en ellos es la de «defensor del huérfano y de la viuda», y su gloria “que el hombre tenga vida», por todo ello emerge Dios hoy en nuestra historia como quien ama y defiende la vida, en contraposición y discordia con todos los ídolos de la muerte.

CONTEMPLAR A DIOS AHÍ, OÍRLO AHÍ, SEGUIRLO AHÍ...

En nuestra situación actual se multiplican las formas de muerte del hombre y de los pueblos: sobre-explotación económica del tercer mundo, guerras, torturas, paro, droga, terrorismo, violencia..., agonía de

esperanza. En cuanto que todas estas muertes no son producto de la «necesidad», sino consecuencia de la adoración de los ídolos de la riqueza, el poder o el fanatismo, Dios emerge en ellas como radical contestación, convocándonos a la identificación con Él en cuanto que “derroca del trono a los poderosos y enaltece a los humildes, llena de bienes a los hambrientos y despide sin nada a los ricos» (Lc, 1,52-53); y nos convoca también a caminar a su ritmo, no yendo detrás de él o pretendiendo ponernos delante.

CONTEMPLAR A DIOS AHÍ, OÍRLO AHÍ, SEGUIRLO AHÍ...

Pero Dios está también como un «sí» en nuestra situación actual, sacramentalmente expresado en los anhelos de mayor justicia y mejor paz, de que la «vida» sea abundante para todos -a comenzar por los que menos vida tienen-, urgiendo la necesidad de articular nuestro saber y nuestro esfuerzo, la entrega de nuestra vida, en la progresiva realización histórica de este sueño de Dios.

CONTEMPLAR A DIOS AHÍ, OÍRLO AHÍ, SEGUIRLO AHÍ...

Es posible, como señalaba más arriba, que esta manera de contemplación -orar la historia de los hombres como historia de Dios- se nos haga más opaca al encuentro con El que la anterior. No ciertamente porque su presencia sea menos densa, sino porque nuestros ojos están menos entrenados o un tanto desinteresados para verla. Por eso se hace más urgente convertirla en objeto de nuestra práctica contemplativa. Porque una relación con Dios cuyo acceso no pase por la contemplación de sus hijos y por la implicación personal en la creación de justicia o de injusticia que les dan vida o les mandan a la muerte, deja de ser auténticamente cristiana.

Vamos a realizar una experiencia de contacto con formas de dolor.

Antes de realizarla, date un tiempo de interiorización y oración.

Puedes seguir este esquema:

1. Lee pausadamente y subrayando el texto entregado.
2. Pregúntate:
-¿Con qué realidades de nuestro mundo te cuesta más orar? ¿Qué realidades te cuesta más taladrar y encontrar a Dios en ellas? ¿Por qué?
-¿Te tocó el año recién pasado vivir alguna situación dolorosa, de muerte, de pérdida, de injusticia (personal o social)? ¿Cómo la viviste? ¿Te conectaste con Dios en el?
3. Pídele a Dios que te ayude a encontrarle en la experiencia que vas a vivir hoy.

TERCERA VÍA: CONTEMPLAR A DIOS EN LA ORACIÓN

«Contemplativos en la acción» es el correlato exacto de «contemplativos en la oración». Sin lo uno no se da lo otro.

Para ser contemplativos en la acción hay que ser contemplativos en la oración: eso es lo que queremos recalcar en este apartado, aunque también sea cierto lo contrario.

La razón está en que el encuentro con Dios no se improvisa. Si hubo un tiempo en que nos dio por pensar que «toda acción es ya oración», ello no fue más que un producto de nuestra ingenuidad; porque es justamente ahí adonde queremos llegar: a que realmente lo sea. No es bueno dar por alcanzado aquello que queremos conseguir.

El solo compromiso no genera, pues, la contemplación de Dios y el cumplimiento de su voluntad. Le son necesarias dos funciones cuya realización le está encomendada a la oración:

La de vaciarnos de nuestro orgullo, de nuestros ídolos interiores y de nuestros prejuicios de grupo o de clase, que, en caso contrario, proyectaremos fatalmente en nuestra acción: «La oración nos da a nosotros mismos nuestra propia medida, destierra seguridades puramente humanas y dogmatismos polarizantes y nos prepara así, en humildad y sencillez, a que nos sea comunicada la revelación que únicamente se hace a los pequeños» (Lc 10, 21)

Y la de contemplar el mundo y su encomendada transformación con los ojos del Evangelio: «Vivir hoy, en todo momento y en toda misión, el ser contemplativos en la acción supone un don y una pedagogía de oración que nos capacite para una renovada lectura de la realidad (de toda la realidad) desde el Evangelio y para una constante confrontación con el Evangelio»¹.

Cuando oramos, tenemos que hacer *más real* nuestra oración: éste sería el tercer principio operativo, la tercera vía de acceso a la experiencia de ser «contemplativos en la acción».

Con esa expresión «más real», se quiere decir que a la oración hay que llevar más vida, más realidad, más cosa; y ello tanto cuando rezamos nuestro pasado como cuando oramos el futuro de nuestra actividad ante Dios.

Con respecto a lo segundo, tal vez tendríamos que intensificar nuestro empeño en llevar más a la oración aquello sobre lo que nos tenemos que decidir, hacerlo pasar más por Dios, y a nosotros mismos con ello. No se cuestiona con esto la necesidad de los análisis y la autonomía de nuestra acción. Sucede, más bien, que el Evangelio –fuerza de Dios y pobreza de medios a un mismo tiempo– nos remite a ellos. Pero el proceso de discernimiento, que lleva a buscar en todo la voluntad de Dios, está hecho de momentos de oración en los que no sólo tratamos de ponernos en sintonía con Él, vaciándonos de nosotros mismos, sino también de presentarle el proceso de nuestra búsqueda y el resultado de nuestras decisiones, a fin de poder sentir y conocer internamente si El las confirma.

Por lo que respecta a lo primero (rezar nuestro pasado), ahí está la machacona insistencia de Ignacio de Loyola en el «examen de conciencia», tan mal entendido frecuentemente. Porque su esencia no es la de inquirir escrupulosamente en mis faltas, sino la de preguntarme con gozo cómo ha pasado Dios hoy por mi vida y qué tipo de escucha y de respuesta le he ofrecido. «Preguntarse periódicamente y hasta de modo sistemático,

después de cada jornada o al final de nuestras sesiones y encuentros de trabajo, sobre la obra que el Espíritu ha hecho en nosotros durante ese tiempo, sobre lo que el Señor ha querido significarnos, sobre lo que no hemos obrado según el Espíritu, etc., nos irá poco a poco educando a trascender los aspectos puramente técnicos y seculares de nuestro trabajo y a desarrollar nuestra actividad con la especificidad que nos es propia como compañeros (y seguidores) de Jesús. ¿No es éste el más profundo sentido del examen de conciencia ignaciano?»¹.

Para la reflexión y la oración que puedes compartir después:

1. *Mi experiencia de oración personal:*

Intenta emitir un juicio sobre tu oración. ¿Cómo es normalmente ella?
¿Cuánto tiempo le dedicas diariamente? ¿Qué dificultades encuentras para hacerla?
¿Qué tendría que cambiar para poder vivir desde lo que nos plantea esta vía?

2. *Buscando juntos :*

Sugiere algunas formas de cómo cultivar la oración personal en nuestra vida de laicos/as.

3. *Reconociendo ejemplos:*

¿Conoces alguna persona que haya incorporado en su vida el hábito de la oración personal?

4. *La revisión de la jornada:*

¿Ves posible incorporar la “revisión de la jornada” en tu vida diaria? ¿Cómo y en qué momento?

CUARTA VÍA: SALIR DE SÍ MISMO/A

«Salir del propio amor, querer e interés». La abnegación cristiana, camino de búsqueda del Otro distinto de mí.

Lo mismo que sucede en el plano físico sucede en el espiritual. Si no sales, no encuentras. El otro (ya se trate de una persona o se trata del Señor), tras cuya presencia andamos y cuya voluntad queremos conocer, es alguien distinto de mí. Mientras en lo concreto de mi vida ande girando en torno a mí mismo, al mundo de mis impulsos e intereses no evangelizados, no existirá posibilidad de encuentro. El otro no se me revela más que cuando yo me abro (salgo de mí) a su revelación.

¹ *Ibidem.*

Si se considera que «contemplativos en la acción» hace referencia a la búsqueda del rostro interpelante de Dios en la complejidad de la realidad humana y de nuestra implicación en ella, se comprenderá perfectamente cómo el tema del «salir de sí» (de tantas resonancias bíblicas) es vía de acceso inexcusable para esa experiencia. Hay que entender claramente que ese «salir del propio amor, querer e interés» está remitido a la vida práctica, y que es a la vez condición y efecto de una vida de oración cristiana.

El sentido más profundo de la palabra «abnegación» vendría a significar lo mismo. Más allá de todas sus connotaciones ascéticas y voluntaristas, el objetivo cristiano de la abnegación (Lc 16, 24) no está en el «niéguese a sí mismo y tome su cruz», sino en el «sígueme». Como siempre sucede en la vida cristiana, es *la presencia de Alguien* lo que moviliza la respuesta del seguimiento y los costos personales que este seguimiento conlleva. «No seremos capaces de alcanzar esa actitud de discernimiento sin la abnegación de nosotros mismos, la cual es fruto del gozo que procede de la presencia del Reino (Mt 13,44 ss.) y de la progresiva identificación con Cristo. Esta abnegación es la que exigen los Ejercicios: ‘salir del propio amor querer e interés’ (EE.EE., n.189). Sólo desprendiéndose de todo lo que uno es y tiene, recibirá todo de Dios en la fe y podrá darse por entero a los hermanos en el amor. Sin esto no podemos pretender ser internamente libres para servir en verdad a Quien nos llama»².

Para la reflexión y la oración que después puedes compartir:

1. *¿Cuál es tu relación con estas palabras: abnegación, negarse, cruz, renunciar?*
¿Qué sentimientos producen en ti? ¿Las sientes necesarias o crees que están fuera de moda?

2. *Buscando juntos:*

“Mientras en lo concreto de mi vida ande girando en torno a mí mismo, al mundo de mis impulsos e interesa no evangelizados, no existirá posibilidad del encuentro con Dios y con los otros”.

Intentamos con ejemplos de la vida cotidiana, ayudarnos a entender qué significa salir de nosotros mismos y la importancia que ello tiene.

3. *Busquen en la Biblia un ejemplo de salir de sí mismo/a,* para hacerse más disponible al Señor y a su Reino.

4. *¿Recuerdas algún episodio de la vida de Marcelino Champagnat a este respecto?*

² Congregación General XXXIII de la Compañía de Jesús, Decreto 1 n.13.