

## 26. Tocar a Dios

Lo esencial es tocar a Dios: el contacto. El contacto cuando no lo niegan las distracciones voluntarias, permanece, aun en el fondo de las distracciones. Es básico y real, aunque puede ser difuso. Es la esencia misma de la oración. Es una vivencia en fe. No depende de los contenidos.

Primero toco a Dios como indirectamente, a través de palabras; después, el silencio es el único lazo de relación, mediante una conciencia no modificada por palabras ni por ningún contenido. El contacto sin palabras se vuelve difuso, oscuro, sólo captado en fe. Pero sí el que ora se distrae, vuelve a la frase o a la conciencia sin palabras, presencia difusa.



El principiante se aferra a sus palabras. El contemplativo se sumerge en el silencio oscuro de la fe. Buscando el contacto puro, deja que las palabras se diluyan.

Las palabras se pueden 'tratar' de diferentes modos: relax, respiración, ritmo:.,,  
El contacto sólo se puede vivenciar. No intentes imaginar ni verbalizar el contacto. Vívelo

oscuramente, difusamente. Déjale que te invada.: ¿Te das cuenta de lo que significa tocar a Dios?, ¿dejarse tocar por Dios? Inténtalo:

Cierra los ojos. No digas nada.

Siente a Dios.

De forma global, difusa y suave.

Vívelo.

Dite a ti mismo, suavemente: 'Dios me toca'.

¡Y calla!

Deja que esta vivencia sea deliberadamente, : consentidamente, como imprecisa, aunque real; difusa, aunque cierta.

'Sumérgete en la fascinante oscuridad de Dios'

No hagas nada.

Sólo sumérgete en la oscuridad de Dios y experimenta a Dios, experimentando su fascinante y misteriosa oscuridad.

Actualiza tu fe. En ella el contacto se realiza y es eficaz y transformador.

Sólo ese contacto es la solución.

No traiciones tu fe:

no trates de sentir nada

no trates de hacer nada

no trates de ver nada ni siquiera de obtener resultados aparte de 'estar tocando a Dios y siéndote tocado' ahora mismo.

Lo principiantes sólo buscan sentir algo hacer algo conseguir algo

Descansa en tu corazón. Deja que el corazón fundamente la relación, el contacto, que el misterio sólo lo es para la cabeza, pero se revela al corazón.

Si la cabeza se te va (las distracciones te alejan), trata de situarte en el corazón. Puedes encontrarlo haciendo un acto de amor. Para saber dónde está el corazón, dile a Dios: 'te amo'. Y reposa y deja que todo se pose en ese espacio silencioso, que sigue. Déjate caer en ese espacio abierto, silencioso, misterioso.

Déjate sumergir en ese espacio, que es doble: Primero, sumérgete dentro de ti mismo Después, sumérgete en ese otro Espacio más grande que tú mismo: Dios.

Y descansa...

Nicolás Caballero, cmf.

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/26-tocar-a-dios](http://www.ciudadredonda.org/articulo/26-tocar-a-dios)