

### 13 - ¿Cómo puedo orar yo? (I)

*En una serie de páginas sueltas como en los antiguos tacos-calendarios de hoja diaria, voy a intentar presentar las primeras condiciones para que puedas orar 'de otro modo' .Sospecho la fascinación que nació en el hombre y la mujer primeros al despertar a la magia de las primeras luces, formas y colores, donde todo estaba bien, era perfecto. Entra en tu habitación (Mat 6,6). Siéntate; cierra tus ojos y dejadas las manos en tu regazo, espera...Cada tiempo de oración es la oportunidad de restaurar ese fascinante primer momento. 'Crea tu primer minuto' de oración. De mi diario de oración te copio este fragmento:*



*“Cada día, en la penumbra de un rincón de mi casa, medito. La ventana entornada tamiza la luz del día y dosifica la oscuridad de la noche. Meditar sumergido en la penumbra de un rincón preservado, es un privilegio para el espíritu. Cada cosa está en su puesto sin desmesura, únicamente para crear entorno, nunca para distraer.*

*Necesariamente tengo que crear armonías previas, nada solemnes, con la sencillez de una manera personal de liturgia, con la discreta presencia de la luz y sombra que protegen mi espacio exterior e*

*interior.*

*Allí me sumerjo y trato de manejar sin conflicto, toda la imperfección de mi mente, de mi afectividad y de mi cuerpo no bien hecho para el reposo en la calma de una venta entornada”.*

*Descubre, renovado siempre, el momento inicial de tu inmersión en un universo nuevo, infinitamente más bello y perfecto que el material. Sólo necesitas ‘creer’ que está ocurriendo dentro de ti, el mundo de Dios. Que tú vives dentro de ese mundo (Hc 17,28) increíble, fascinante e imposible de imaginar. Y, al cerrar tus ojos, suéltalo todo. Deja que todo se vaya, dentro de ti y fuera de ti.*

"No estás despierto a lo espiritual porque tienes una gran tensión en el cuerpo y en la mente. Toda tu atención está ahora absorta por el cuerpo y la mente [de forma] que no queda atención para mirar lo espiritual. Sólo si el cuerpo y la mente no están tensos podrás introducirte en el espíritu y conocer la bienaventuranza de él. Lo espiritual nunca es tenso; no puede serlo; no hay tensión en lo espiritual, sólo tensión corporal y tensión mental".

Sumérgete en ese silencio inicial que te ambienta, como cuando entras en una catedral antigua, a la que el silencio recorre y la penumbra protege como lugar de misterio. Y tú en el centro de esa penumbra, de ese misterio, ajeno a todos los ruidos y pasos perdidos de quien va y viene, esperas..., dentro de la penumbra, que es como un mágico símbolo de tu fe oscura y cierta. La fe es como la penumbra de Dios.

Nicolás de Ma. Caballero, cmf

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/13-como-puedo-orar-yo-i](http://www.ciudadredonda.org/articulo/13-como-puedo-orar-yo-i)