

UN CARTUJO
(Dom André Poisson, 1923-2005)

LA ORACIÓN DEL CORAZÓN

Carta a un hermano sobre la oración interior



traducción por un cartujo

LA GRAN CARTUJA - 2024

© Derechos reservados para esta traducción
Monastère de la Grande Chartreuse

LA ORACIÓN DEL CORAZÓN

Me has pedido que te hable de la oración del corazón. Hace unos años ya me habían hecho la pregunta, pero había respondido que no quería lanzarme a hablar de un tema del que no sabía lo suficiente. Desde entonces, el tiempo ha pasado. Ha venido un poco de experiencia, ya por lo que he constatado en otros, ya por los descubrimientos que he podido hacer en mi propia búsqueda del Señor. Así que voy a compartir contigo aquí algunas reflexiones, pero pidiéndote por favor que no les des demasiada importancia.

Ya sabes que la oración del corazón es fruto de una larga experiencia en la espiritualidad de la Iglesia de Oriente. Lo que voy a decirte tiene, ciertamente, puntos en común con esta tradición, pero soy muy consciente de la manera muy personal en que lo hago. De lo que te voy a hablar no es tal vez la verdadera oración del corazón.

Mi intención no es trazar un marco rígido, una estructura estable. Es más bien una dirección que querría indicar, un camino que hay que seguir, pero del que no se puede predecir de antemano a dónde nos llevará exactamente. La oración del corazón no es un objetivo a alcanzar. Es una manera de ser, una manera de escuchar y de avanzar.

Para empezar, antes de leer lo que tengo que decirte, si quieres, ponte en oración y pide al Espíritu del Señor que nos ilumine a los dos, porque no tengo otro deseo que ayudarle a iluminar nuestros corazones.

Abba, santificado sea tu Nombre

Cuando me pongo a orar, no me dirijo al Dios de los filósofos, ni siquiera, en cierto sentido, al Dios de los teólogos. Me dirijo a mi Padre, o mejor, a nuestro Padre. Más exactamente aún, me dirijo a Aquel a quien Jesús llamó, con toda intimidad: *Abba*. Cuando los discípulos le pidieron que les enseñara a orar, el Señor dijo simplemente: "*Cuando oréis, diréis : Abba...*".

Invocar así a Dios es tener la certeza de que somos amados. Una certeza que no es del orden de ideas eruditas, sino del orden de la íntima convicción. Una certeza -la Fe- a la que hemos llegado, al parecer, tras un cierto tiempo de reflexiones, meditaciones y escucha interior; pero, en el fondo, esta certeza es un don. Creemos en el amor en nuestro corazón, porque es el Padre mismo quien nos ha enviado su Espíritu, porque en adelante su Hijo ha sido glorificado.

Es porque el Padre me ama por lo que puedo acudir a Él con plena seguridad y confianza. No acudo basándome en mis méritos, en buenas razones, sino que acudo confiado en la ternura infinita del *Abba* de Jesús por su Hijo, que es también mi *Abba*.

Él es Padre. ¿Qué significa eso? Él da la Vida. La da no como algo diferente de sí mismo que Él ofrecería. La da dándose a sí mismo. El único don que puede dar es su propia Persona, y el resultado de ese don es un Hijo. Un Hijo que le ama sin medida. Un Hijo por el cual Él sólo tiene ternura y que, a su vez, es sólo ternura para su Padre.

Este es el *Abba* al que me dirijo. El único que puede darme la Vida, una Vida perfectamente calcada de la suya: Él me quiere, en el momento presente, a su imagen y semejanza, no por una especie de barniz exterior a mí mismo, sino porque me engendra a partir de su propia subsistencia.

A esto me refiero cuando le pido: *"Abba, santificado sea Tu Nombre"*. Que Tú seas perfectamente Tú mismo, *Abba*, en mí. Que tu Nombre de Padre se realice perfectamente en la relación que se está construyendo entre nosotros. *Abba*, te pido que seas mi Padre, que me engendres a tu imagen y semejanza, por puro Amor, para que, a cambio, yo pueda convertirme, por pura gratuidad de tu parte, en una ternura "hacia Ti".

La oración del corazón consiste simplemente en encontrar el camino que me permita tener esta actitud hacia el Padre, gracias a la cual Él mismo podrá santificar su Nombre en mí. En mí y en todos sus hijos. En su Hijo único, constituido por el Unigénito y por todos sus hermanos.

Orar es acoger al Padre y participar a esta Vida que Él nos da por gracia. Acoger al Padre, es decir dejarle engendrar al Hijo, significa dejarle hacer nacer su Reino en mi corazón. De este modo, el Espíritu podrá producir lazos indestructibles entre el Padre y yo, lazos de unidad que se extenderán a todos mis hermanos.

* * *

Ver con el corazón

¿Qué camino vamos a recorrer para llegar a ese encuentro con el Padre al que aspiramos? ¿Qué facultad ha puesto a nuestra disposición para ello? ¿Es la inteligencia, la capacidad de conocer y razonar? Escuchemos la respuesta de Jesús: *"Te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque ocultas estas cosas a los sabios y a los inteligentes y se las revelas a los más pequeños. Sí, Padre, porque así lo has querido"* (Mt 11, 25-26). Esto parece asombroso: el camino está cerrado a los inteligentes, a los que saben pensar y calcular. No es a ellos a quienes Dios se ha reservado el derecho de revelar sus secretos.

Pero, ¿no nos dio Dios cabeza, la capacidad de pensar, de representar las cosas, de imaginarlas, como medio de entrar en contacto con los demás? Es cierto, estas facultades nos fueron dadas por Dios. Son buenas. Son indispensables. No las despreciemos. No las subestimemos. Pero sepamos reconocer sus límites.

Cuando pienso en un problema -digamos en alguien muy cercano a mí- con la cabeza y no con el corazón, lo mantengo alejado de mí. Lo agarro, lo manipulo, para poder analizarlo todo a mi antojo, sin comprometerme con ello. En el fondo, no me comprometo, mantengo la distancia, mantengo mi seguridad en relación con esa persona. Hago todo lo posible por conocerla sin dejarme "arrastrar, contaminar" por el dinamismo que puede emanar del corazón de esta persona. Quiero permanecer libre en relación con ella. En algunos casos, esta manera de actuar puede ser la correcta. Si quiero amar, no es desde luego el camino que hay que seguir.

Jesús prosigue su enseñanza: *"Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie conoce al Hijo sino el Padre, y nadie conoce al Padre sino el Hijo y aquellos a quienes el Hijo quiere revelárselo"* (Mt 11, 27). *"Todo me ha sido entregado por mi Padre"*: esto significa precisamente que todas las distancias entre el Padre y el Hijo han sido abolidas. Ninguno de los dos buscó preservar su seguridad en relación con el otro. Han aceptado comprometerse recíprocamente. Y así pueden conocerse con ese conocimiento del amor que se presenta como un misterio en el que sólo pueden participar los iniciados: *"Nadie conoce al Hijo sino el Padre, y nadie conoce al Padre sino el Hijo"*. Nadie conoce porque

nadie abre su corazón. Y si queremos conocer al Padre, debemos aceptar recibir este conocimiento del Hijo, en la medida en que Él ve que nuestro corazón está dispuesto a aceptarlo.

Para conocer realmente a Dios, pues, tengo que renunciar a mis seguridades. Tengo que eliminar las distancias que el pensamiento y todas las representaciones me permitían mantener en relación con Él. Tengo que reconocer que soy vulnerable. Esta vulnerabilidad que ocultaba tan bien, tengo que aceptarla a plena luz, vivirla, es decir, dejar que se expresen las verdaderas reacciones de mi corazón. A partir de ese momento, me será posible entrar en relación con el Padre y el Hijo... y con todos mis semejantes.

Concretamente, esto significa que debo aceptar ponerme al nivel de mi corazón. Tengo que darle el derecho a existir, a manifestarse, a expresarse a su manera, es decir, a través de sentimientos profundos: la confianza, la alegría, el entusiasmo, pero también el miedo, a veces la angustia, la cólera. Esto no significa vivir al nivel de la sensibilidad superficial. Por el contrario, significa aceptar el desarrollo en nosotros de esos movimientos profundos que nos llevan a encontrarnos con el otro en toda su verdad. Eso es ser un "pequeño": el que, espontáneamente, se expresa y se deja llevar por el amor de la persona que tiene delante. ¡Qué difícil es para nosotros tener el valor de ser pequeños!

Estas reflexiones se sitúan tanto en la línea del Evangelio como en la de un proceso psicológico normal. Los dos niveles son evidentemente distintos, pero se completan y complementan. Tenemos que llegar a ser capaces de alcanzarlo todo a través de la mirada amorosa que Jesús pone sobre las criaturas e incluso sobre las Personas divinas. Esto es lo que yo llamo "ver con el corazón": aceptar que el Hijo me revele al Padre en el único nivel en el que soy capaz de asumir esa revelación, es decir, en el nivel en el que, según mi ser humano, hay en mí una imagen de la relación íntima que existe entre el Padre y el Hijo, en mi corazón.

* * *

Purificación del corazón, purificación de todo el ser a través del corazón

No hace falta tener una gran experiencia de la existencia humana, y más aún de la vida espiritual, para saber que somos prisioneros de un mundo casi ilimitado de desorden: pecado, desequilibrios afectivos, heridas no curadas, hábitos malsanos, etc. Todo eso son impurezas de nuestro corazón.

Antes hemos dicho que el lenguaje de nuestro corazón se sitúa a nivel de las emociones. Todos esos desórdenes que acabo de evocar conducen a emociones desordenadas: se expresan casi sin que nos demos cuenta; nos ordenan; nos desgarran; nos cierran a Dios; nos atan a una especie de automatismo del mal. ¡Y todo esto sale de nuestro corazón! *"Lo que sale de la boca procede del corazón, y eso es lo que contamina al hombre. Porque del corazón salen los malos designios, los homicidios... Estas son las cosas que contaminan al hombre"* (Mt 15, 18-20). Si quiero retirar la contaminación de mi ser, primero debo purificar mi corazón.

Ante esta necesidad urgente de rectificación, solemos recurrir a lo que podríamos llamar la "ascesis clásica". Se trata de una técnica probada, perfeccionada por largas generaciones de monjes, de cristianos y hombres de buena voluntad, decididos a

liberarse de la esclavitud de la que son prisioneros. Es una acción que exige todos los recursos de nuestra voluntad, nuestra energía y nuestra perseverancia, a la luz de la fe y del amor. Esta ascesis tiene sus méritos y nunca debe no dejar recurrir a ella. Pero también tiene sus límites.

En particular, cuando se trata de una auténtica purificación del corazón, hay que ir más allá de estas técnicas humanas. A ese respecto, releamos la invitación de san Bruno a su amigo Raúl: *"¿Qué debemos hacer entonces, oh amado? ¿Qué podemos hacer sino creer en el consejo divino, creer en la Verdad que no puede engañar? En efecto, ella da este consejo a todos: "Venid a mí todos los que estáis fatigados y cargados, y yo os aliviaré" (Mt 11, 28). ¿No es un castigo espantoso e inútil estar atormentados por nuestros deseos, estar constantemente magullados por las preocupaciones y las angustias, el miedo y el dolor que engendran esos deseos? Qué carga más pesada puede haber que aquella cuyo peso rebaja el espíritu desde su sublime dignidad hasta las profundidades de la pura injusticia"* (A Raúl 9). Existe, pues, una forma de purificación en la que, antes que cualquier otra cosa, hay que dirigirse a Jesús, acudir a Él, para recibir de Él alivio. Él nos hace esta invitación precisamente después de pedirnos que dejemos de ser sabios e inteligentes, para convertirnos en niños pequeños. Entrar en el camino del corazón es reconocer que la única pureza verdadera es un don de Jesús.

"Tomad mi yugo y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y hallaréis descanso para vuestras almas" (Mt 11, 29). La purificación fundamental se produce a partir del momento en que todas las impurezas y desórdenes con los que estoy afligido salen al encuentro de Jesús. No es una tarea más fácil que la ascesis clásica, pero es más eficaz, porque nos obliga a establecernos en la verdad: la verdad sobre nosotros mismos, que estamos obligados a abrir los ojos a la realidad de nuestro pecado; la verdad sobre Jesús, que es verdaderamente el Salvador de nuestras almas, no sólo de un modo general y distante, sino en contacto inmediato y concreto con cada una de las suciedades que nos afligen. Es necesario entonces que yo aprenda a ofrecérselas, a entregárselas sin retorno, ya sea por las circunstancias o por un movimiento profundo de mi corazón, que quiere recuperar su verdadera libertad.

Por eso, cada vez que advierto una de estas ataduras paralizantes dentro de mí, lo más importante no es ir a la guerra contra esta esclavitud, porque en la mayoría de los casos me conformaré con cortar las ramas sin llegar a las raíces. Lo más importante es desenmascarar esas raíces, sacarlas a la luz, por feas que sean, por desagradables que resulten de ver. Se trata precisamente de asumirlas en su realidad y, en un gesto libre y consciente, poder ofrecerlas al Salvador. En esta perspectiva, la invocación clásica: *"Jesús, Hijo de Dios vivo, ten piedad de mí, pecador"* no corre el riesgo de ser una vana repetición. Es la toma de conciencia, indefinidamente renovada, de que está a punto de producirse un nuevo encuentro entre el Corazón purificador de Jesús y mi corazón contaminado.

Evidentemente, en este proceso hay un elemento de pura psicología humana, pero ¿por qué habría de escandalizar? ¿Acaso la obra de la gracia no se modela siempre sobre las estructuras de la naturaleza? En este caso, la naturaleza se convierte en el soporte de la Redención, que viene a operar en mi corazón la transformación y la cicatrización de las heridas gracias al encuentro personal con Jesús resucitado. De este modo, poco a poco adquirimos el hábito de volver a Él indefinidamente, sobre todo desde todo lo que hay de oscuro, oscuro y preocupante en nosotros.

Es una actitud del corazón que asusta al principio. Se nos ha enseñado con demasiada frecuencia que sólo podemos ofrecer al Señor cosas buenas, cosas bellas.

Todo lo que no sea un acto de virtud no se le puede presentar. ¿No va esto en contra de la verdad del Evangelio? Jesús mismo dice que no vino por los sanos, sino por los enfermos. Por eso, sin falsa vergüenza, hay que aprender a ser auténticos enfermos ante el médico divino, que reconocen honestamente todo lo que hay en ellos de verdaderamente falso, mentiroso y opuesto a Dios. Sólo Él puede curarnos.

* * *

Mi cuerpo, lugar de encuentro con el Verbo, Templo del Espíritu

A menudo querríamos contentarnos con tomar la expresión "Oración del Corazón" simbólicamente. Hablar del corazón sería una forma imaginaria de evocar una realidad interior y, por tanto, espiritual. No es exactamente así. Todos los movimientos del corazón que sostienen nuestra relación con el Padre son movimientos ligados a nuestro ser sensible, material. Sabemos por experiencia -a veces incluso a costa de nuestra salud- que las emociones verdaderamente profundas alcanzan nuestro corazón físico. Es imposible entrar en la oración del corazón si no aceptamos vivir de manera verdaderamente consciente y decidida a nivel de nuestro cuerpo.

Dios nos ha hecho así. El relato del Génesis nos muestra a Yahvé moldeando al hombre a partir del barro de la tierra y, al mismo tiempo, afirmando con gran seguridad que este ser material es verdaderamente a su imagen y semejanza. Nuestro cuerpo no es un obstáculo en nuestra relación con Dios. Al contrario, es la obra misma de Dios, que nos constituyó hijos, llamados a recibirlo como herencia.

Toda la economía de la encarnación del Hijo de Dios nos sitúa en la misma perspectiva. La Iglesia de los primeros siglos luchó denodadamente por defender la realidad de que Jesús es verdaderamente un hombre. Es en la carne que nació, vivió, nos enseñó, sufrió, que murió y resucitó.

Son las obras humanas del Verbo de Dios las que nos han dado y nos siguen dando Vida cada día. La Palabra de Dios viene a nosotros en palabras humanas. Nuestro pecado no es purificado de manera simbólica, sino por el derramamiento de la sangre que brota del Cuerpo de Jesús. Él murió de verdad y resucitó en su carne. Es esta resurrección material la que salva tanto nuestras almas como nuestros cuerpos.

En fin, el Espíritu nos fue dado sólo a partir de la resurrección corporal del Hijo. Es él, el Hijo de María, quien nos envía el Espíritu desde el seno del Padre. No es el Verbo increado, sino el Verbo encarnado, después de haber compartido nuestra existencia y haberse hecho uno de nosotros.

Experimentamos esta encarnación cada día a través de los sacramentos, la liturgia, la vida comunitaria, la pertenencia al Cuerpo de la Iglesia. Todo esto es el fundamento inmediato, la presencia en nuestras vidas de la realidad corporal de Cristo. Sepamos, pues, acoger a Jesús tal como viene a nosotros, es decir, dirigiéndose a nosotros en nuestro cuerpo. No nos apresuremos por deshacernos de este intermediario, que tendemos a considerar como una impureza en nuestra relación con Dios. No es verdad: no es una impureza, es el lugar mismo del encuentro con nuestro *Abba*.

Del mismo modo que nos resulta imposible imaginar la vida comunitaria como si nuestros hermanos y hermanas fueran seres incorpóreos, espíritus puros, a los que tendríamos que llegar más allá de sus envolturas carnales, sería un rechazo de la

realidad del amor de Dios querer hacer abstracción de la realidad carnal, material y grave del Hijo que viene a nosotros. La Eucaristía, que celebramos cada día, es verdaderamente la celebración de un acto que ha producido profundas transformaciones en su Cuerpo y en su Sangre, no abandonándolos o superándolos, sino dándoles todo su pleno sentido: son una realidad material que es el Hijo de Dios. Del mismo modo, nuestro cuerpo, con todas sus cargas, sus limitaciones y restricciones, es la realidad de lo que somos. Es mi cuerpo el que entra en contacto con esta otra realidad de la que Jesús dijo: *"Esto es mi Cuerpo"*. Es el encuentro de esas dos realidades corporales lo que establece el contacto de Vida entre Dios y yo. *"Si no coméis mi Cuerpo y no bebéis mi Sangre, no tendréis vida en vosotros... Como el Padre viviente me ha enviado, y yo vivo por el Padre, así también el que me come vive por mí"* (Jn 6, 57).

La consecuencia de este estado de cosas es que no puedo orar sin orar en mi cuerpo. No puedo hacer abstracción de mi realidad encarnada cuando me dirijo a Dios. No es una simple cuestión de disciplina religiosa si se me imponen ciertos gestos, si las condiciones materiales me constriñen cuando debo dirigirme a Dios. Eso corresponde a la única realidad: Dios me ama, tal como me hizo. ¿Por qué voy a querer ser más espiritual que Él?

Así aprendo a vivir con mi cuerpo, con todas las limitaciones que me impone. La comida, el sueño, el descanso, la enfermedad, los límites de mis fuerzas... Todo eso no son obstáculos entre Dios y yo; al contrario, eso forma el tejido que establece una continuidad sin fisuras entre la más íntima realidad divina y lo más concreto de mi existencia cotidiana. ¿Quién de nosotros no ha tenido la experiencia, a veces terriblemente dolorosa, de sentirse limitado, casi prisionero, a causa de problemas de salud, por ejemplo? Y si nuestro corazón es sincero, sólo podemos decir una cosa: es Dios quien viene a nosotros a través de esas dolorosas limitaciones. Constituyen verdaderamente el punto de inserción del Amor de Dios en nuestra vida. Nuestro corazón acepta a Dios en la medida en que está atento a esta realidad, que quisiéramos considerar inferior a nuestra vocación espiritual. Guardémonos de la mentira permanente que el príncipe de la mentira pretende así destilar en nuestros corazones. No juguemos a ser espíritus puros; sepamos ser mucho mejores: somos los hijos de Dios.

El Espíritu mismo ora en mí

Hablamos de orar. Pero, ¿sabemos orar? ¿Sé acaso en lo que consiste la verdadera oración? Sinceramente, tengo que admitir que no lo sé. Siento en mí una llamada profunda en una dirección, pero estoy a oscuras.

Afortunadamente, *"el Espíritu viene en socorro de nuestra debilidad, pues no sabemos qué pedir para orar como conviene; pero el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos inefables, y el que escudriña los corazones sabe cuál es el deseo del Espíritu y que su intercesión por los santos corresponde a las miras de Dios"* (Rm 8, 26-27).

La oración está en mi corazón. Brota de mi corazón. Pero no es sólo obra mía. El Espíritu me ha sido dado, se ha derramado en mi corazón y es Él quien ora en mí. El Espíritu viene del corazón de Dios, deseoso de encender en mi corazón la misma llama que en el suyo.

Todos conocemos los pasajes de san Pablo que repiten esto, pero ¿no tenemos demasiada tendencia a considerarlos como puramente teóricos o, por decirlo más noblemente, como "realidades de fe", es decir, cosas de las que hablamos con convicción, pero que sólo vivimos en total oscuridad? Esta presencia del Espíritu en mi corazón sería algo que se situaría únicamente en el nivel de Dios y sólo podría comunicarme a ella mediante fórmulas intelectuales. La realidad misma escaparía totalmente a mi experiencia. ¿Es esto realmente lo que quiere decir san Pablo?

Como reacción contra la desmesura de esta actitud, ¿exigiría que toda existencia cristiana auténtica fuera una experiencia del Espíritu, a la manera de los apóstoles recibiendo las lenguas de fuego en la mañana de Pentecostés? Esta nunca ha sido la enseñanza de la Iglesia. Pero entre ambos extremos se sitúa una actitud verdadera, accesible a todos los cristianos, en la que la presencia del Espíritu en nuestra vida es una realidad que influye directamente en nuestra manera de ser, en nuestras relaciones de amor con los hermanos y en nuestra oración.

Si retomamos las distintas etapas de las que hemos hablado, podemos ver una progresión. Dejar de considerar el centro de nuestra actividad de oración al nivel de nuestra cabeza, de nuestras representaciones, de nuestros sistemas de pensamiento. Entrar en nuestro corazón. Descubrir en él todo un mundo desordenado de emociones y heridas, que emanan de nuestro corazón y necesitan ser purificadas. Descubrimos que había una posibilidad real de integrar todas las heridas de nuestro corazón en el movimiento de la Redención, sacándolas a la luz, para ofrecerlas conscientemente a la acción redentora de Jesús.

Así, sin siquiera haberlo dicho, ya hemos llegado a hablar de un movimiento del Espíritu en nosotros. Si podemos hacer lo que acabo de decir, es porque el Espíritu del Señor actúa realmente en nosotros, permitiéndonos desentrañar, en la compleja trama de nuestras emociones, lo que podemos ofrecer con paciencia y perseverancia a la gracia de purificación y resurrección del Salvador. Todo aquello de lo que hemos venido hablando es ya una obra del Espíritu.

Sigamos entonces en la misma línea. Por encima de todos estos movimientos desordenados del corazón, sobre todo a partir del momento en que la obra de Jesús comienza a restablecer el orden, reconocemos movimientos menos desordenados que, progresivamente, acaban siendo incluso bien ordenados; y así, sin que nos demos cuenta, las profundidades de nuestro corazón aprenden a ponerse en movimiento espontáneamente hacia el Señor. Sólo después, mirando lo que ha sucedido, nos damos cuenta de que, en realidad, el Espíritu del Señor actuaba discreta y silenciosamente en el fondo de nuestro corazón. Al establecerse gradualmente la paz en las profundidades, se pone en marcha un cierto dinamismo misterioso, con el cual debemos aprender a cooperar.

De esta manera aprendemos a asumir todos los movimientos de nuestro corazón, los buenos, los no tan buenos e incluso los malos, y a dirigirlos hacia Dios. Algunos vienen directamente del Padre y vuelven a Él. Otros necesitan ser transformados, asumidos por la muerte y resurrección de Jesús. Todos necesitan ser integrados conscientemente en el dinamismo del Espíritu derramado en nuestros corazones. Se trata de aprender a estar atentos a los movimientos de nuestro corazón, para unirlos voluntaria y conscientemente a la acción del Espíritu Santo que habita en nosotros.

Nada de esto implica ninguna "gracia mística". Se trata simplemente de tomar conciencia, con suavidad y sencillez, de que nuestro corazón está vivo y de que podemos

ofrecer esta vida al Espíritu Santo para que Él la atraiga en su movimiento hacia el Padre.

San Pablo dice que el Espíritu pide en nosotros con gemidos inefables. Esta última palabra merece nuestra atención. La acción normal del Espíritu no es darnos ideas claras, ni darnos luces, ni siquiera darnos nada. La acción del Espíritu es atraernos hacia el Padre. *"Todos los que están animados por el Espíritu de Dios son Hijos de Dios. Así que no recibisteis un espíritu de esclavos para caer de nuevo en el miedo; recibisteis un Espíritu de hijos adoptivos que os hace gritar: "¡Abba! Padre!" El Espíritu mismo se une a nuestro espíritu para dar testimonio de que somos hijos de Dios"* (Rm 8, 14-15). El Espíritu es un testigo, es un dinamismo que nos mueve. Sobre todo, no intentemos capturarlo, identificarlo, apoderarnos de Él para controlarlo. Eso sería expulsarlo de nuestro corazón, sería apagarlo. Démosle toda la libertad que necesita para orar en nosotros, a su manera velada, oculta y misteriosa, que juzgamos por sus frutos. En la medida en que comprobamos que aprendemos a orar, que -sin saber por qué- nos hemos vuelto capaces de pedir a Dios y de ser escuchados, es señal de que, a pesar de todas nuestras evidentes debilidades, el Espíritu está orando en nosotros.

* * *

Mi debilidad, lugar para descubrir y encontrar la ternura del Padre

Retomemos aquí algunas grandes orientaciones sobre lo que acabamos de decir. Retomémoslas y unámoslas, porque representan una actitud fundamental de la oración del corazón.

El reflejo espontáneo de todo ser humano es tener miedo de sus debilidades. Desde el momento en que nos damos cuenta de que, en un punto u otro, no podemos contar con nuestras propias fuerzas, una preocupación tiende a establecerse en nosotros, y esto a veces puede convertirse en ansiedad. Ahora bien, todo lo que hemos dicho hasta ahora nos lleva a perder nuestras seguridades personales, sacando a la luz lo que hemos llamado nuestra vulnerabilidad, nuestros desórdenes escondidos, los límites de nuestra condición de criatura, etc. Y cada vez, nos hemos dicho: sólo hay una solución, y es reconocer la realidad de lo que somos y dejar que el Señor se haga cargo de ella.

Recordemos el episodio de la tempestad calmada. Los apóstoles son presas del pánico por el mal tiempo que sacudía su barca y van a despertar a Jesús. Éste se vuelve hacia ellos y les pregunta extrañado: *"¿Por qué tenéis miedo, hombres de poca fe?"* (Mt 8, 26). Luego, con un gesto, calma las olas.

¿Por qué entonces tener miedo de mis debilidades? Existen. Durante mucho tiempo me negué a mirarlas de frente. Poco a poco, empecé a domarlas. Estoy obligado a reconocer que ahora que forman parte de mí mismo. No son un accidente externo del que algún día podré deshacerme de una vez por todas. Es más, si me inclinara a olvidarlas, el Padre no tardaría en recordármelas. Permitirá tal o cual falta, ante la cual no podré negar mi realidad de pecador. Dejará que mi salud me juegue una mala pasada, para que tenga que admitir mi derrota y entregarme sin defensa al amor del Padre. Me hará darme cuenta, más allá de toda duda, de lo limitadas que son mis facultades.

Pero la novedad es que, en adelante, estas debilidades, en lugar de representar un peligro, se convierten para mí en una oportunidad de entrar en contacto con Dios. Es el

motivo por el cual debo, poco a poco, dejarme domesticar por ellas. No considerarlas más como un aspecto preocupante de mi personalidad, sino como una dimensión querida o aceptada por el Padre; no un parche porque no queda más remedio, sino una estructura fundamental del orden de la Vida divina tal como me es dada. Cuando de pronto me encuentre ante una fragilidad que aún no había descubierto en mí, mi primer reflejo no será ya el pánico, sino preguntarme, allí, dónde se esconde el Padre.

¿Cómo entonces no hacerse la pregunta? ¿Esta transformación de la debilidad, que tiene todas las apariencias de un fracaso, en una victoria del Amor, es una especie de "último remedio" por el que Dios transforma el mal en bien, o, por el contrario, no estamos en presencia de una dimensión fundamental del orden divino?

Habría mucho qué decir al respecto. Contentémonos con constatar simplemente que, incluso en el orden natural, todo amor auténtico es una victoria sobre la debilidad. Amar no es dominar, poseer, imponerse a quien se ama. Amar quiere decir que uno acoge indefenso al otro que se acerca a ti; en cambio, uno tiene la certeza de ser plenamente acogido por el otro, sin ser juzgado, condenado o comparado. Ya no hay pruebas de fuerza entre dos seres que se aman. Existe una especie de inteligencia mutua desde el interior, gracias a la cual ya no se puede temer ningún peligro que pudiera provenir del otro.

Esta experiencia, aunque siempre imperfecta, es ya muy convincente. Y, sin embargo, no es más que un reflejo de la realidad divina. Desde el momento en que empezamos a creer de verdad, en nuestro corazón, en la infinita ternura del Padre, nos sentimos de alguna manera obligados a descender cada vez más a una aceptación positiva y gozosa de un no-tener, de un no-saber, de un no-poder. Aquí no hay una autohumillación malsana. Simplemente entramos en el mundo del amor y la confianza. Así, casi sin darnos cuenta, entramos en comunión con la vida divina. Las relaciones entre el Padre y el Hijo en el Espíritu son, a un nivel que escapa totalmente a nuestra comprensión, una forma perfecta de esta debilidad plenamente asumida en la comunión.

Más cerca de nosotros, esta ternura íntima del tres veces Santo se manifiesta en la relación del Hijo encarnado con su Padre. ¡Cómo no asombrarse ante la serenidad y la seguridad infinita con que Jesús declara serenamente que no tiene nada propio, que no puede hacer nada por sí mismo, sino lo que ve hacer al Padre! ¿Qué hombre aceptaría semejante despojo? Y sin embargo, ¿no es en esta dirección en la que debemos movernos si queremos vivir realmente en el fondo de nuestro corazón, tal como el Padre lo creó y tal como lo transfiguró mediante la muerte y la resurrección de su Hijo?

María nos orienta en la misma dirección. El *Magnificat* es, en un mismo impulso, un canto de triunfo y un reconocimiento de la indigencia total. Ambos van de la mano. Desde el principio, María reconoció y aceptó su total debilidad: así se halla en estado de acoger al Hijo que el Padre le da. Ella se convierte en Madre de Dios porque es la más cercana a la pobreza de Dios.

* * *

Entrar en el silencio

Si seguimos el camino al que me refiero, es normal que la actividad intelectual disminuya progresivamente durante el tiempo de oración; del mismo modo, en la medida en que se canalizan las emociones del corazón, todo tipo de distracciones y

divagaciones pierden su razón de ser. En otras palabras, la oración del corazón, en un movimiento casi espontáneo, nos conduce hacia el silencio. Algunos días, la experiencia es más fuerte y es inevitable que nos encontremos expuestos, por así decirlo, a la "tentación del silencio".

El silencio es un bien que ejerce una seducción en todos los corazones, desde el momento en que han tenido una cierta experiencia sabrosa de él. Pero hay muchas formas de silencio. No todas son buenas. La mayoría de ellas son incluso deformaciones más que auténtica oración silenciosa.

La primera tentación es hacer del silencio *una acción*, aunque uno esté profundamente convencido de lo contrario. Con el pretexto de que la inteligencia está inactiva, de que el corazón parece descansar, imaginamos que hemos alcanzado un verdadero silencio del ser. En realidad, este silencio, aunque tenga una autenticidad indiscutible, es el resultado de una tensión de la voluntad que, finalmente, es la más sutil, pero también la más perniciosa de las acciones. En lugar de tener el corazón en estado de disponibilidad, él nos mantiene en un estado en el que nos imponemos una actitud artificial y en el que, al final, no ofrecemos una acogida al Señor, porque nos apoyamos en nuestras propias fuerzas. En el caso de personas con una voluntad enérgica, esto puede representar un gran obstáculo para la verdadera disponibilidad al Señor. Materialmente hablando, el silencio es grande, pero es un silencio replegado sobre sí mismo, apoyado en sí mismo.

Otra tentación es querer hacer del silencio *una meta*. Uno se imagina que la razón de ser de la oración del corazón, e incluso de toda existencia contemplativa, es el silencio. Nos detenemos en una realidad material. No nos detenemos en la Persona del Padre, ni en la de su Hijo, o del Espíritu. Lo que cuenta es *mi* estado, y no la relación real de amor y disponibilidad que tengo para con Dios. Ya no es más una oración, es una contemplación de mí mismo.

Una tentación similar a la anterior es hacer del silencio una realidad en sí misma. El silencio es suficiente. Una vez acallado todo el ruido de los sentidos, del intelecto y de la imaginación, se establece en nosotros un auténtico disfrute... y eso basta. No se busca nada más. Se rechaza buscar nada más. Cualquier cosa que pueda introducir una nueva idea de cualquier tipo, incluso sobre el Señor, incluso viniendo de Él, parece un obstáculo. La única realidad en ese momento es el silencio. Ya no hay oración. No existe más que la construcción de un ídolo que se llama silencio.

Con todo, un silencio auténtico es una realidad muy importante, a la que hay que dar mucha importancia. Pero si queremos entrar en un auténtico silencio, debemos, desde el fondo del corazón, renunciar al silencio. No saboteándolo, no subestimarle, no renunciar a buscarlo, pero evitar convertirlo en una meta.

Sobre todo, hay que evitar creer que el verdadero silencio es fruto de mi industria personal. No tengo que construir el silencio desde cero, como una obra que se fabrica. Con demasiada frecuencia imaginamos que el silencio consiste únicamente en establecer la paz en las facultades intelectuales, imaginativas y sensitivas. Es un aspecto del silencio, pero no es todo el silencio. Además es necesario que nuestro corazón profundo, en la medida en que se identifica con la voluntad, esté él mismo en silencio; que todo otro deseo que no sea hacer la voluntad del Padre sea pacificado. Es decir, que mi voluntad, en lugar de estirarse para imponerse al resto del ser humano, permanezca ella misma pura disponibilidad, escucha y acogida. Entonces comienza a existir la posibilidad de entrar en un auténtico silencio de todo mi ser delante de Dios, silencio que nace de la conformidad real de mi ser profundo con el Padre, de quien es imagen y semejanza.

Sólo Dios basta: todo lo demás es nada. El auténtico silencio es la manifestación de esta realidad fundamental de toda oración. Hay verdadero silencio en el corazón desde el momento en que han desaparecido todas las impurezas que se oponían al Reino del Padre. El verdadero silencio sólo se establece en un corazón puro, en un corazón que se ha hecho semejante al corazón de Dios.

Esta es la razón por la cual un corazón verdaderamente puro puede mantener un silencio completo, incluso cuando está inmerso en todo tipo de actividades, porque ya no hay ninguna disonancia entre él y Dios. Aunque su inteligencia y su sensibilidad permanezcan en actividad, para estar en conformidad con la voluntad de Dios, en ese corazón sigue reinando el auténtico silencio.

"Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios" (Mt 5, 8).

Navidad 1983.