



Entrada desde la Oración

Despertar al mundo interior que nos habita

«Velen (Estén alerta), pues no saben ni el día ni la hora. Porque el reino de los cielos es como un hombre que, al emprender un viaje, llamó a sus siervos y les encomendó sus bienes.» Mt 25, 1-13

Hoy se habla mucho de «vivir de manera consciente», de vivir «el aquí y el ahora» o de adquirir una actitud que nos permita «vivir con plena atención». Tal interés, que surge de la espiritualidad oriental y del redescubrimiento de nuestra propia tradición espiritual, se debe a que nos damos cuenta de que vivimos sin conocer dónde se acontece el verdadero cambio que queremos ver en nosotros y el mundo.

Jesús, nos invita a la vigilancia, a prestar atención, a estar atentos a su Presencia en nosotros y a cuidar nuestro el corazón. Vivimos muy «distráidos», desatentos a lo que ocurre en nuestro interior. Esto ocasiona que no seamos conscientes de las decisiones que tomamos, de las palabras que decimos, y de las actitudes con la que vivimos. Lanzamos fácilmente críticas a los demás y marcamos sus errores, pero no nos detenemos a examinar y vigilar lo que nosotros decimos y hacemos.

Quando oramos desarrollamos una mayor capacidad para comprender y ponderar lo que ocurre en nuestro interior a nuestro alrededor. La oración nos hace comprender realidades internas que de otra manera permanecerían ocultas en nuestro interior. Despertar interiormente a las dinámicas interiores que habitan en nuestro interior es la condición de posibilidad para amar libremente. Debemos prestar más atención a aquello en lo que tenemos comprometida nuestra vida.

Estar «atentos» significa estar despierto y vigilar el corazón. Necesitamos prestar más atención a los cambios de ánimos y a los pensamientos que perturban y enferman el alma como también de las manifestaciones del Espíritu de Dios que trae paz, alegría, esperanza y amor. Si estamos atentos a lo que ocurre en nuestro interior desarrollamos mayor capacidad de escuchar la voz de Jesús y seguirlo.

En este segundo paso del Camino del Corazón necesitamos reconocer, junto a somos Hijos de Dios, que anidan en nosotros dinámicas interiores que contradicen esa realidad. Son voces diversas, que invitan y seducen a construir una vida centrada en uno mismo en detrimento de los demás. Debemos tener mucho cuidado de juzgar duramente nuestros comportamientos, nuestras acciones y modos de proceder, debemos primero reconocernos como personas amadas por Dios. El que se sabe amado hace cambios en su vida. En la tradición monástica, y en particular los padres orientales, invitan a cuidar el corazón. San Ignacio de Loyola, haciéndose eco de esa recomendación propone la práctica del examen del día -relectura diaria- como una herramienta para descubrir la voz del buen espíritu en nuestro corazón para recibir sus mociones (movimientos interiores o espirituales) y reconocer la voz del mal espíritu para rechazarlas.

