

---

# ORAR, TRATAR DE AMISTAD

---

## *“ES MI INTENCIÓN ENGOLOSINAR LAS ALMAS DE UN BIEN TAN ALTO”*

Querida Sara,

Me ha hecho gracia tu carta llena de preguntas sobre la oración, tan llena de dudas, pero también de inquietudes y deseos. Mejor que responderte yo, quisiera que encontraras tú las respuestas junto a Teresa de Jesús. Ella no viene a ofrecer un manual o unas pautas para preparar un rato de oración. Su voz llega hoy para invitarte a emprender el camino de seguimiento de Jesús con toda la radicalidad posible y vivirlo en una relación de amistad personal con Él. Cuando ella decide *“escribir algunas cosas de oración en que parece podrá atinar”*, lo hace consciente de que sobran medios y métodos para *“hacer oración”*, pero faltan guías para llegar a *“ser orantes”*. Ella nos acompaña hoy con su sabiduría llena de Dios y de humanidad en esta aventura.

Olvídate de fenómenos extraños, de buscar recetas o de poner la oración en la estantería de técnicas *“para estar bien”*. Con Teresa de Jesús, hablar de oración es hablar de amistad personal, de una relación que nos llena el corazón y nos cambia la vida, que se hace de camino compartido, de encuentros y diálogos... de oración. Por eso, para ella orar *“no es otra cosa sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama”*. ¿Te animas?

### **“MIRAD QUE CONVIDA EL SEÑOR A TODOS”**

Sí, ésta es una llamada para toda persona porque el Señor no hace distinciones y a todos ofrece de su agua viva. A todos busca, a todos ama y, aunque por caminos muy diversos, a todos hace la misma propuesta: vivir en su compañía, compartir con Él caminos, proyectos, sueños. ¿Quién no quisiera tener como Amigo y Compañero al mismo Dios? Orar será cultivar esos espacios para dialogar juntos, intimidad compartida.

Para comenzar, *“conviene mucho no apocar los deseos”* y aspirar a la plenitud, tal y como Dios la sueña para nosotros. No te conformes con cualquier cosa, pero recuerda que éste no es un tesoro barato. Por el contrario, necesitarás *“una grande y determinada determinación”* para afrontar los obstáculos que no faltarán en esta empresa. Vas a encontrar, naturalmente, dificultades distintas en los momentos de oración: quizá te cueste centrarte o te distraigas con facilidad, a veces te resultará monótono, otras puede que te cueste sin saber bien por qué. Recuerda que, a pesar de ello, las grandes dificultades

vienen justamente en la vida cotidiana para vivir según el Evangelio porque ¿acaso podemos ser amigos de Jesús viviendo de cualquier manera?

Orar se convierte en responder con todas las consecuencias a este Dios que se te regala sin condiciones, que obra sin cesar maravillas de amor. Abre las manos para recibir y los ojos para reconocer su amor, déjale obrar en ti y contigo. Así irás naciendo como orante, en el agradecido recibir *“porque si no conocemos que recibimos, no despertamos a amar”*. Llegarás tan lejos como le permitas actuar porque Dios *“es muy amigo de que no pongan tasa a sus obras”*.

- La oración ¿por qué me interesa? ¿qué entiendo por oración? ¿qué busco en la oración?
- ¿He descubierto a Dios Amor en mi vida?
- Agradecer y recibir ¿qué lugar tienen en mi relación con Dios?

### **“CONSIDERAR NUESTRA ALMA COMO UN CASTILLO TODO DE UN DIAMANTE O MUY CLARO CRISTAL”**

Para adentrarse en la oración al estilo teresiano, hay una clave que siempre te acompañará: considerar quién es este Amigo divino y quién eres tú. Poco a poco, irás conociendo mejor el rostro de Dios y, ¡sorpresa!, también te descubrirás de un modo nuevo. Es lo propio de toda relación de verdadera amistad: se crece en este recíproco conocerse a través del trato, del diálogo, del amor mutuo. Parece una obviedad, pero aquí precisamente comienza a cambiar todo porque, con frecuencia, tenemos imágenes distorsionadas de Dios e, incluso, de nosotros mismos.

Lo primero que Teresa te propone es tomar conciencia de la belleza de tu ser, con multiplicidad de dimensiones que se iluminan desde un interior donde bulle la vida, la tuya y la de Dios. No, *“no estamos huecos”*, sino habitados por el Dios de la Vida que nos llama a vivir en comunión y diálogo de amor. De poco servirá hacer silencio exterior e interiormente si no te asomas a ese abismo que se abre en tu propio corazón y comienzas a vivir desde dentro.

Y si *“va mucho de estar a estar”* en este nuestro castillo, que no se puede orar viviendo de cualquier modo, no es menos cierto que este silencioso diálogo no se da con cualquiera ni se puede hacer de cualquier modo. Es necesario considerar quién es el Amigo que nos llama, descubrir su grandeza y aprender a *“amar una bondad tan buena y una misericordia tan si tasa”* que no duda en comunicarse personalmente con nosotros. Párate para tomar conciencia de su presencia, de quién es Él para ti, adéntrate en los Evangelios para conocerle mejor, para escucharle... y háblale. Lo que te brote desde dentro o un Padrenuestro, pero dilo con el corazón y, sobre todo, saborea con quién estás.

### **“ENTABLAR EL JUEGO”**

Quizá te preocupe encontrar tiempos para orar o cómo hacerlo. Que eso no te haga olvidar que se trata de llegar a ser orantes. Para conseguirlo, Teresa no tiene duda: todo el edificio se construye sobre tres pilares fundamentales que serán, al mismo tiempo, condición y meta del camino. No te sorprendas porque a la lumbre del Espíritu ¡qué distintas se ven las cosas! ¡Y qué diferente todo cuando se vive en amistad con el Señor!

Por eso, como si de una partida de ajedrez se tratara, Teresa te invita a preparar con esmero el corazón. ¿Cómo? Todo te lo juegas en el amor, la libertad y la verdad, así, juntamente. Aprender a amar a Dios y a los demás con un *“amor que se va pareciendo al que nos tuvo Cristo”* será fruto visible de este trato amistoso con el Amigo y Maestro en la oración. Al mismo tiempo, hay que ir soltando amarras, que no son pocas las cosas que nos atan por dentro y, cuando parece que no hay más, siempre quedan nuestra imagen y este ego sibilino lastrando el vuelo del corazón.

Todo esto nos habla ya del compromiso por vivir en la verdad, verdad para reconocernos en lo que somos, con todo lo grande y lo mezquino que llevamos dentro, verdad para mirarnos y mirarlo todo desde la luz de Dios, verdad para mostrarnos tal cual somos y vivir como creemos. Así de sencillo y así de comprometido porque, hay que admitirlo, resulta costoso acoger la propia verdad, la más humana, hecha de conocimiento personal, y la más divina como hijos e hijas de Dios, hermanos y hermanas en Cristo.

Poco a poco, con una parte de nuestro esfuerzo y un mucho de la obra de Dios, se va ensanchando el alma, creciendo el amor, la libertad y toda clase de valores como señal de identidad de quienes verdaderamente siguen al Señor. No, no se trata de llegar a “ser mejores” (¿mejores que quién?), sino de llegar a ser lo que somos ante Dios, a vivir según su sueño y su querer.

- Busca algunos momentos de silencio y soledad, procura acallarte por dentro
- Y en presencia del Señor, pregúntate qué significa amar y cómo es el amor de Jesús
- ¿Hay en ti deseos de mayor verdad?

¿Cómo sigue la partida de este peculiar ajedrez? Sencillamente, como Dios quiere, llevándonos –si estamos dispuestos– por sendas insospechadas. Lo más importante no está en por dónde nos conduce, sino en colaborar para que su delicada obra vaya creciendo desde nuestro interior. Sorprendentemente, es aquí donde se realiza el cambio radical: en el propio corazón. Al comienzo te parecerá que tienes que esforzarte y empeñarte en muchas cosas. Con el tiempo, descubrirás que te sostiene Jesús mismo y, a medida que crezcas en esta amistad, verás que Él va tomando la iniciativa. Déjale obrar en ti y pon tu empeño en responderle, confía en su amor y verás que su obra resulta mucho más hermosa de lo que tú pudieras soñar. Tan bella y tan sorprendente, que Teresa la compara al gusano de seda que, convertido en mariposa, vuela en libertad sin haber nunca imaginado que ése era su destino.

No nos engañemos: gozar de esta amistad con Dios no depende de técnicas ni se mide con nuestros esquemas de “perfección”. Avanzar en esta intimidad se consigue

dejando en las manos del Señor expectativas y temores, caminando a su lado sin volver atrás, dando nuestro sí sin reservas ni condiciones. *“Es muy buen amigo Cristo”*, siempre deseando colmarnos de su amor, pero *“no se da a Sí del todo hasta que ve nos damos del todo a Él”*. Este amor no se compra ni se vende, se regala a quien de veras lo desea y se la juega por Cristo. En la amistad, hay que ir a por todas.

### **“NO ESTÁ LA COSA EN HABLAR MUCHO, SINO EN AMAR MUCHO”**

Si quieres orar al estilo de Teresa de Jesús, no te compliques la vida y vamos empezando:

- Busca un lugar y tiempo que te ayuden al silencio, sin distraerte, para poder entrar *“en este pequeño cielo de nuestra alma”*
- En esos momentos de soledad, es cuando puedes *“mirarle dentro de ti”*, poner tu atención en la presencia de Dios que te habita, que desea tu compañía y comunicarse contigo
- Otros medios –meditar un fragmento del Evangelio, contemplar una imagen o un sencillo Padrenuestro, por ejemplo- cambian de color desde esta atención interior. ¿Cuál escoger? El que más te ayude y más te despierte el amor.
- ¿Y cómo seguir? Teresa, con toda la libertad del mundo, sólo te recuerda algo bien sencillo: ores como ores, *“no os pido que penséis en él, ni saquéis muchos conceptos, ni que hagáis grandes y delicadas consideraciones en vuestro entendimiento; no quiero más de que le miréis”*.

Como ves, esto de orar no es cuestión de cabeza, sino de corazón, no consiste en razonamientos, sino en amor. De eso se trata, de amar, pero ¡que se vea! Y ya sabes dónde se ve este amor a Dios: en la relación con los demás. La amistad con Jesús no es para disfrutarla uno solo, sino para compartirla; no es para encerrarla en la capilla, sino para que se transforme en obras. Si te animas, recuerda que encontrarás junto al Amigo y Maestro, muchos otros amigos y amigas. Ya ves, hablando de soledad, terminamos en comunidad. Así es este buen Jesús...