

La contemplación, una forma de exponernos al Sol

He querido titular esta motivación, como **“La contemplación, una forma de exponernos al Sol”** y tratare de ir construyendo con vosotros la real importancia que tiene la oración contemplativa.

Muchas veces asociamos la oración contemplativa con un especie de éxtasis, o de experiencia mística, y puede serlo, pero también existen maneras sencillas de hacer oración contemplativa, a las que todos estamos invitados. Y esa oración se prepara con la actitud de contemplación a la que nos invitaba Bárbara en su motivación.

Quiero partir con una experiencia personal. Cada vez que termina un año, y tengo la posibilidad de realizar mi retiro anual, siempre vuelvo a tomar conciencia, que durante el año, he dejado que algo en mi relación con Dios, en menor o mayor grado, se enfriase. No es que durante el año haya dejado de rezar, pero he llegado a la conclusión, que he dejado de exponerme suficientemente al Sol, o esta exposición no fue la adecuada, hubo interferencia, nubes que para mi, simplemente taparon el Sol.

¿Cuáles son las causas?

Quisiera invitaros a extrapolar esta vivencia a vuestra vida, creo que a todos nos pasa, que de pronto nuestra unión a Dios ha perdido calidez o sencillamente calidad, pero ¿cuáles son las causas?

Para analizar estas causas, quiero compartirles algo del análisis que realiza el Filósofo Coreano - Alemán, Byung Chul Han. Me parece que es uno de los mejores análisis sobre las causas de la crisis de nuestra Sociedad actual. Y personalmente me siento muy reflejada en muchas de las causas que menciona. Y cuanto se descubren las verdaderas causas, es el mejor inicio para encontrar los caminos para emprender un cambio.

Han esta dedicado a los estudios culturales y se ha convertido en un hombre polémico, que ha generado un importante debate, al criticar a la Sociedad actual. Hace grandes críticas al capitalismo, a la sociedad de trabajo, a la tecnología y la hipertransparencia. Y quizás estos título parecen lejanos a nuestra

realidad del día a día, a las exigencias que tenéis en el trabajo y en la familia, pero cuando uno profundiza en el análisis, es imposible no sentirse identificado.

Justamente es él, quien a partir de toda la crítica que realiza a la Sociedad, ha escrito un libro que lleva por título ; “Vida Contemplativa”

En este libro describe las dificultades que tiene el hombre de hoy para vivir en armonía, y pone en valor la inactividad, como una necesidad para volvernos auténticamente humanos. Describe las consecuencias que tiene el hombre por el exceso de actividad o de la actividad frenética, señalando que sino tenemos momentos de interrupción en nuestra vida, la acción se rebaja a un actuar ciego, a un actuar que es más bien reactivo que constructivo.

Hna nos plantea el desafío de valorar los opuestos:

- sin calma, se produce la agitación
- sin callar se produce superficialidad en el habla
- sin silencio se produce ruido

Allí donde solo reina el esquema de estímulo y reacción, necesidad y satisfacción, problema y solución, propósito y acción, la vida degenera en supervivencia.

Y nos plantea entonces un remedio; él la denomina **“inactividad”**

La verdadera vida comienza en el momento en que termina la preocupación por la supervivencia, la urgencia de la pura vida.

El dice una frase que me parece de gran valor y que ameritaría una profunda reflexión;

“La acción es constitutiva de la historia, sin duda, pero no es la fuerza formadora de la cultura”

Y nosotros estamos llamados como Schoenstattianos, a plasmar una nueva cultura.

Si pensamos en aquellos grandes hombres y mujeres que han hecho grandes aportes a la cultura, llegaremos a la conclusión que la mayoría de ellos, tiene algo en común, han sido hombres y mujeres de contemplación. Podríamos recurrir a muchísimos ejemplos, solo menciono a Gaudí, el mismo cuenta que fueron los años de su niñez, en medio de su enfermedad, donde tuvo la oportunidad de pasar horas de contemplación en los que fue descubriendo los

secretos y misterios de la naturaleza creada por Dios. Esta etapa fue el fundamento, que le permitiría cambiar el paradigma de la Arquitectura.

Es verdad que en nuestra Sociedad meritocrática, entendemos la inactividad como un déficit, pero, en realidad, la inactividad es definida, en este libro, no como una mera ausencia de actividad: sino simplemente como una capacidad independiente. Y por eso el filósofo plantea los beneficios, el esplendor y la magia de la inactividad y diseña contando con ella, una nueva forma de vida, una con la que afrontar la crisis actual de nuestra sociedad. ¹

En Vida contemplativa, Han escribe que la crisis de la religión “no puede atribuirse simplemente al hecho de que hayamos perdido toda fe en Dios, sino **que por nuestra hiperactividad, hemos perdido la capacidad contemplativa, la contemplación de Dios y de sus obras.**

Y eso responde claramente a mis propias nubes, aquellas que, durante el año, me han alejado de la capacidad de entrar en un contacto vital con el Sol.

Por eso os pregunto, ¿cómo ha sido vuestra capacidad contemplativa, lleven la pregunta a vuestro ámbito personal, matrimonial y también familiar?

¿Qué significa para nosotros esa inactividad?

La definiremos como esa capacidad de contemplar, de ponernos ante el Sol y dejar que sus rayos nos penetren.

Esa inactividad es la que posibilita un profundo silencio que nos conecta con el Dios de la vida, también en la naturaleza creada por Dios.

Encontrar a Dios exige silencio, exige detenernos, ser capaces de estar realmente inactivos, solo entonces descubrimos los rayos del sol, hasta sentirlos, y permitir que ellos nos calienten, es decir es pasar de la idea a la experiencia. Y esto es un proceso. (Ej. paseo temprano en un día de invierno, el sol es tenue....)

¹ Vida contemplativa Byung-Chul Han. Consideraciones sobre la inactividad

La oración contemplativa es aquella que permite pasar desde el contacto con Dios más intelectual, más desde la voluntad, a la experiencia vital.

Vamos a poner el ejemplo de un Padre, vosotros mismos, podéis recordar cómo fue cuando fuisteis Padre por primera vez. Durante los primeros meses de embarazo, probablemente no tuvisteis una experiencia cercana de ese hijo. Solo hacia el fin de los meses, con las “pataditas” poco a poco os ibais aproximando a esta realidad, pero no fue hasta el nacimiento de vuestro hijo, hasta que lo tuvisteis en vuestros brazos, hasta que habéis comenzado a cuidarlo y a jugar con él, cuando empezasteis a sentirlos Padres. Pasaron de la idea del hijo a la vivencia... Y la distancia entre una y otra podréis describir que es grande.

Preguntaros respecto a vuestra actitud contemplativa:

- ¿Hago silencio, disfruto de él, o me perturba?
- ¿Qué definiría personalmente, en este contexto, como inactividad?
- ¿Cuándo estamos inactivos o lo evito siempre?
- ¿Cómo matrimonio, como Familia, tenemos momentos de inactividad, podemos describirlos, podemos crecer en ello? ¿Cómo matrimonio, contemplamos a nuestros hijos?
- ¿Cómo es mi oración?, ¿necesito siempre algún estímulo, o ponerme los cascos, o escuchar un mensaje, o una música?

Como dialogan, inactividad, silencio con trabajo y apostolado

Hemos hablado la importancia de la contemplación, fundada en momentos de silencio e inactividad.

Pero en la vida se nos hace difícil, encontrar el equilibrio para afrontar los desafíos que tenemos, tanto en la vida laboral, como en el apostolado.

Voy a dejar que Benedicto XVI nos de la respuesta²;

El nos pone como ejemplo de la oración contemplativa a San Pablo, uno se imaginaria justamente lo contrario, que pondría como ejemplo a San Benito a Santa Teresa, o a uno de los grandes de la vida monástica.

¿Por qué San Pablo? Porque el centro de la vida de San Pablo es su relación con el Señor. Para explicar su trabajo apostólico, nunca hace referencia a las comunidades que había fundado, a los kilómetros que había recorrido; o a

² La contemplación y la fuerza de la oración, BENEDICTO XVI AUDIENCIA GENERAL 13 de junio de 2012

victimizarse por las dificultades que había afrontado para anunciar el Evangelio, sino que pone al centro la persona de Jesús, una relación fundada en momentos de contemplación profunda. La vida de San Pablo, estuvo marcada por la experiencia de Jesús, eso es la razón de su ardor apostólico.

(2 Co 12, 1). “Nada gana uno con gloriarse de sí mismo. Sin embargo, tengo que hablar de las visiones y revelaciones que he recibido del Señor”.

Podemos preguntarnos entonces:

- ¿Cuáles han sido esos momentos de contemplación en mi vida, cuando he experimentado el calor del Sol?

¿Cómo ha de ser nuestra oración contemplativa?

Hemos dicho que contemplar es tener la experiencia del calor del Sol en nosotros.

Si nos limitáramos a pensar en el Sol como un astro, quizás podríamos describir sus facultades y características, pero esto no significa que lo conocemos. Conocer es una experiencia.

En el libro “la entrega contemplativa” el PK. señala que para realizar oración contemplativa, **tenemos que poner en juego, todas las facultades interiores de nuestra alma; descansar la razón, el corazón y la voluntad. Y recogernos en el objeto de nuestra contemplación.**

Recogernos, ¿qué es estar recogido? Nos puede resultar más fácil, definirlo por el opuesto, es decir lo contrario al recogimiento es la distracción.

Estamos distraídos cuando un pensamiento expulsa o desplaza al otro y las ideas no se detienen en mí. También podríamos decir que estamos distraídos cuando estamos concentrados en un objeto, distinto del que buscamos contemplar. Ej. Voy a rezar, quiero ir a ver a la Mater al Santuario, y lo único que hago es ordenar la semana que viene, analizo, elaboro, busco respuestas, pero las busco en mí, permanezco en mi “yo” y no en Dios. Salgo del Santuario con una semana próxima muy ordenada, pero es mía. Y por eso no salgo suficientemente tranquilo.

Estoy recogido, cuando todas mis fuerzas, poseen un punto de reposo. ¿Dónde? en Dios.

“ Marta, Marta, te afanas en muchas cosas” LC 10;41....en muchos momentos de nuestra vida, esas palabras son dichas claramente a nosotros.

Es que estamos exigidos, preocupados de muchas cosas cada día. Y tenemos que continuar haciéndolo en el futuro, pero nuestro desafío es llevar a nuestra vida activa, la riqueza de nuestra vida contemplativa.

Ni siquiera quizás sea necesario aumentar el número de nuestros tiempos de oración, eso lo debe definir cada uno. Sino simplemente se trata de acentuar más el valor de los tiempos dedicados a estar con Dios, a estar con Dios mismo sin buscar fines ni objetivos.

Contemplar es exponernos al sol. Solearnos dejar que Dios, el gran Sol, penetre en nosotros y entregarnos a El en forma sencilla y exclusiva. No significa pensar mucho al contrario, el pensar estorba la entrega.

La oración contemplativa es un tranquilo silencioso y recogido gustar y saborear al eterno, Dios. También mi objeto de contemplación puede ser Maria, dejar que sea Ella quien me lleve a Jesús, que me enseñe a conocerlo con todas las facultades de mi naturaleza.

La oración de contemplación es simplemente dejarme atraer por Dios sin un propósito concreto. Esto no significa que no se alcance ningún fin. Se alcanza un fin, pero sin que haya aspirado a él.

Esto queda muy claro si pensamos en la diferencia que existe entre un artista y un crítico de arte. Un verdadero artista contempla una obra de arte sin una finalidad, en cambio, un crítico de arte siempre busca un objetivo.

La contemplación no es algo que tiene que ser hecho. Siempre existe el riesgo que nuestra oración puede convertirse en una actividad, algo que tiene que ser ejecutado. Por eso este retiro es también una oportunidad para analizar la calidad de nuestra oración.

El Padre nos dice; **“si los hombres modernos descubriéramos de nuevo a Dios dentro de nosotros, entonces siempre nos sentiríamos tranquilos serenos y seguros. Si descubriésemos de nuevo el Señor en nuestro interior y la acción del Espíritu Santo, será de una importancia muy grande para nuestra vida**

espiritual y también para nuestra salud mental y física”. (Mi corazón, tu santuario, 60)

Contemplemos hoy al Dios que esta dentro de nosotros y hablemos con Él desde nuestro propio interior.

Vivamos un momento de Contemplación:

San Francisco tuvo la intuición de reproducir la escena de la Navidad en un Belén, una forma maravillosa que nos permite contemplar el misterio de la Navidad. Una mirada a la cuna de Belén hace que nuestro corazón se llene de alegría, mientras tratamos de imaginar la grandeza del misterio de Dios hecho hombre.

Quiero invitaros primero a descubrir la riqueza de la contemplación, en una de las escenas del tiempo de Navidad, **el viaje de los magos y el seguimiento de la estrella**. Nos vamos a enriquecer con el análisis que hace Benedicto XVI en la “infancia de Jesús”

Mateo2; 1-11

Os invito a deteneros en una frase del relato de los magos:

¿Dónde está el rey de los judíos, que ha nacido? Porque hemos visto su estrella en el oriente, y venimos a adorarle.

Hemos visto su estrella; ¿qué tipo de hombres eran aquellos que vieron la estrella y se pusieron en camino? Hombres de búsqueda, y de contemplación, que descubrieron que esa estrella los llevaría hasta el portal de Belén.

El encuentro de los reyes con la estrella, es el encuentro del hombre con su propia vida.

Porque en el silencio que hicieron los reyes, descubrieron no solo la estrella, sino también su mensaje.

Solo se ponen en camino, hombres de contemplación, de inquietud interior, el hombre en busca de la verdadera estrella de la salvación.

Es decir hablamos de la inactividad exterior para descubrir la actividad interior, que no es elaboración, sino anhelo.

El encuentro de los reyes con la estrella, es el encuentro del hombre con la Creación:

Que los Magos fueran en busca del rey de los judíos guiados por la estrella, significa implícitamente que la creación nos habla de Cristo. Pero su lenguaje no es totalmente descifrable para nosotros, menos cuando estamos en plena actividad, necesitamos detenernos, hacer silencio, contemplar, es entonces cuando el lenguaje de la creación nos ofrece múltiples mensajes. Suscita en nosotros la intuición del Creador.

El encuentro de los reyes con la estrella, es el encuentro del hombre con la palabra:

Y al ver la estrella, se regocijaron con gran gozo.

En Jerusalén, la estrella ciertamente se había ocultado, por eso tuvieron que ir Herodes para preguntar por el Mesías, y es ahí donde se encuentran con la palabra en la escritura, y la estrella les vuelve a brillar.

Entonces, «entraron en la casa, vieron al niño con María, su madre, y cayendo de rodillas lo adoraron»

La contemplación como un proceso, como un camino que se inicia haciendo silencio, para encontrar al Dios de la Vida;

- en mi vida
- en la Creación
- en palabra.

Y que culmina con el encuentro del objeto contemplado.

“y cayendo de rodillas lo adoraron»

¿no os sugiere las características de nuestra fe práctica en la Divina Providencia? Una FPDP, vivida desde la contemplación, cuando pasamos de la idea, a la vivencia, a la experiencia.

Recuerden que la contemplación es un proceso, que exige paciencia y que se inicia con estímulos, con admiración, meditación, que recoge nuestra manera personal de encontrarnos con Dios. Pero que tiene que terminar poniendo al centro al objeto contemplado, sin buscar más objetivos que el valor de lo contemplado.

Schoenstatt nos invita a construir una nueva cultura, a partir de ser hombres nuevos, contemplativos, que descubren al Dios de la “vida” como una experiencia personal y permanente.

Os invito a exponeros al sol. Dejen todo el espacio para que Dios entre, entreguémonos a Él en forma sencilla y exclusiva. No significa pensar mucho sino estar.

Podéis leer un pasaje del tiempo de Navidad, no para elaborarlo sino sencillamente para contemplar el misterio de Dios en el. Y poner en ello, todas vuestras facultades. El esfuerzo por recogerse, por no dejar que otros pensamientos os distraigan e intentar poner el corazón, los sentimientos.