

CONFERENCIA DE MONSEÑOR JOSÉ IGNACIO MUNILLA

EL DON Y COMBATE DE LA ORACIÓN. CLAVES DE LA ORACIÓN DE SANTA TERESA DE JESÚS

Link a YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=kAr2jOqpVFI>

El don y el combate de la oración; así he titulado un poco esta reflexión: «**El don y el combate de la oración**», que son algunas claves sobre la espiritualidad, sobre la santidad de Santa Teresa de Jesús, una gran santa.

Pude leer las obras de San Juan de la Cruz, pero había otro compañero que leía a Santa Teresa de Jesús, entonces nos íbamos transmitiendo las cosas.

Lo mejor que he hecho en mi vida en cuanto a conocimiento de las obras de los santos ha sido leer a Santa Teresa de Jesús y a San Juan de la Cruz; sus obras completas, son una joya. Ella es la cumbre de la mística española.

Pero me voy a servir de una perspectiva concreta, a la hora de abordar la historia de lo que es la oración en Santa Teresa de Jesús. Me voy a servir de la perspectiva de su recorrido en su conversión, porque eso ayuda mucho a entender cuáles son las dificultades de la oración.

También voy a decir una cosa: que yo no soy original, que siempre bebo de fuentes. Me explico: si alguno piensa que yo saco todo esto de mi originalidad, pues no es así, y principalmente me estoy, me voy a basar en algunos artículos que me ha pasado un padre carmelita al que yo conozco mucho, que fue mi vicario de religiosas, el padre Jon Corta, que lógicamente, como buen carmelita, es un profundo conocedor de Santa Teresa y también él me ha dado y comparto ciertas reflexiones hechas por él. Digo que me voy a servir un poco del recorrido de Santa Teresa, porque creo que se aprende mucho de la historia de la conversión de Santa Teresa.

Ya sabéis que hay un refrán que dice que no hay santo sin pasado ni pecador sin futuro; por lo tanto es bueno conocer también el pasado de los santos, lo que fueron antes de su conversión, lo cual da una gran esperanza, para que los pecadores tengamos esperanza en que Dios nos pueda llevar a la santidad, a pesar de que somos pecadores. Pero tenemos un futuro, y nuestro futuro es la santidad.

Santa Teresa, fue educada sin duda alguna en su familia en una profunda fe y vive su fe de una manera espontánea, como niña. Incluso conservamos algunos episodios en los que ella quería ser, ser mártir. Nos cuenta Santa Teresa el día que ella se escapó con su hermano Rodrigo, cuando ella tenía unos siete años, ambos planearon una fuga para ir a **"tierras de moros"** a ser decapitados por Cristo, para entregarse a Dios, porque querían ser mártires.

Pero tiene su primera crisis, su primera crisis ocurre cuando muere su madre. Ella tenía 13 añitos y ahí tiene su primera crisis de adolescencia. No pensemos que es una crisis decir: «Se ha muerto la madre y entonces entra en una especie de rebote con Dios». No van por ahí los tiros. Muere su madre y cambian un poco las cosas en casa, accede a un ambiente de mayor frivolidad y comienza a leer libros de caballería, y eso te hace entrar en crisis.

Es como cuando a un niño hoy en día le regalan un móvil, ¡madre mía!. Hay muchos niños que en su primera comunión le regalan un móvil y ya comienza la crisis de la mundanidad. Eso le pasa a ella, que con 13 años y tiene su primera crisis a través de esos libros de caballería.

Con 16 años ingresa internada en un monasterio, en un internado de madres agustinas donde permanece año y medio, y allí vuelve a la vida de oración.

Digamos que había entrado desde los 13 años a los 16 en crisis, aunque continuaba siendo por supuesto cristiana, pero compaginaba su cristianismo con una cierta crisis, de adolescencia.

Al entrar en el internado, allí comienza una vida de oración. Podríamos decir que sale de la crisis de la adolescencia; la oración le saca de la crisis de adolescencia, lo cual es importante esto, el hacer oración en serio le saca de la crisis.

Pero tiene que salir al poco tiempo por salud de ese internado, año y medio así, sale. Pero aunque salga del internado, ella sigue apoyada en sus libros espirituales, en su vida de oración, con lo cual salir del internado no le hizo entrar en crisis, fíjate, porque continuó su vida, su vida de oración. Está así dos años, dos años y pico.

Con 20 años ingresa en el monasterio de la Encarnación, donde estaba una amiga suya, que se llamaba Juana. Bueno. En principio las cosas van muy bien, pero con 23 años vuelve a entrar en crisis, es su segunda crisis.

La primera, la crisis de adolescencia con los libros de caballería y tal, y con 23 años entra en su segunda crisis. ¿Por qué?, porque también en el monasterio hay mundanidad, ¿sabes?. Uno piensa, es que «voy al monasterio...», no, en el monasterio también hay mundanidad y ella comienza un poco con esa mundanidad, y comienza a tener una profunda crisis.

Y con 27 años deja la oración, la deja completamente. ¿Cómo es que dejó la oración estando dentro de un monasterio?, ¿si se hace por mero cumplimiento?.

Porque se sentía falsa, se sentía como que tenía una doble vida. Por una parte la regla de la orden le llevaba a orar, pero su corazón... su corazón estaba un poco en el cotilleo, porque en esos monasterios el locutorio era un problema.

El locutorio era a veces, dependiendo de cómo se viviese el locutorio un problema..., que alguien va por allí, todo son cuentos, críticas..., la vida mundana a veces también se hace presente en el locutorio al estar continuamente allí.

Y también había un caballero, bastante noble, que iba allí y pedía hablar con una hermana, y entonces le ponen a ella para atender a ese amigo de la comunidad.

Y no es que hubiese algo "en el sentido", porque nosotros enseguida todo lo referimos a un tema, ¿qué pasa, que se enamoró de él?. No, los tiros no van por ahí. Pero sí en el sentido de que allí había una relación mundana, una relación que a ella no le permitía poner el corazón en Dios.

Entonces ella dice: «Era insufrible tratar de amistad tan estrechamente con Dios y tener enemistad tan pública».

Diciendo: «A ver, yo con esta amistad que tenía —esta relación que tenía con ese hombre en el locutorio— no podía tener después una relación con Dios profunda, porque estaba como compaginando la mundanidad con esa relación con Dios».

Por cierto, cuando vamos hoy en día a los conventos de las Carmelitas Descalzas, seguro que muchos habréis visto allí un cartel que dice: **«Hermanas, o hablar de Dios o no hablar, que en casa de Teresa esta ciencia se profesa»**.

Se suele decir eso, en referencia, porque se sabe que en un locutorio, dependiendo de cómo hables, en el fondo tu corazón se puede mundanizar de cotilleos, de críticas a uno, críticas a los otros.

De hecho, está ella en esa situación de mundanidad, sin hacer oración en serio, con 28 años en plena crisis.

Es en estos momentos cuando recibe el permiso para poder acompañar a su padre moribundo y acompañarle a su entierro, dice ella: **«Salía a atenderlo estando yo más enferma en el alma que él en el cuerpo»**. Ella dice: **«Estaba fatal por esa doble vida que llevaba, entre el cotilleo del locutorio y mi vida, mi vida teóricamente de oración»**.

Vuelve al convento después de la muerte de su padre y empieza a orar, pero sigue compaginándolo con el famoso locutorio, tratando con ese caballero que tanto le esclaviza. Y dice ella, en el capítulo 7 de la Vida: **«Yo, como no lo sé tratar con nadie, tornó después a ver gran importuna, asegurándome que no era mal ver persona semejante ni perdía honra con ello, antes que la ganaba, torné a la misma conversación»**. Se da cuenta que volvió de nuevo a ello.

Dos años después tuvo su segunda conversión; ya tenía casi 30 años, gracias a un sacerdote que se llama el padre Vicente Barrón, que le anima a ser fiel a la oración y a entregarse a la oración, cortando con lo que haya que cortar, y ahí es donde viene su conversión verdadera.

La clave de la santidad de Santa Teresa está en el combate por la fidelidad a la oración y por hacerla con coherencia. Para ella, hacer oración con coherencia era cortar con ese cotilleo, cortar con esa relación que era mundana.

Existen entonces dos cosas: una cosa es ser fiel, ser constante, ser perseverante, dice, y a tener **determinada determinación** de hacer oración. Que «cuando me viene bien lo hago, cuando no me viene bien no lo hago; cuando me apetece voy, cuando no me apetece no voy»... así no se tiene una vida espiritual seria. Primero determinación, y segundo coherencia, no jugar a dos barajas, porque si juegas a dos barajas, por mucho que te llenes de Dios luego pierdes el agua.

Entonces esto es muy interesante para entender cómo orar bien, porque digamos nosotros muchas veces ¿qué es lo que solemos pensar?. Que nuestro mayor problema para hacer oración es que tengo muchas distracciones, que tengo una imaginación desbordante, que me pongo a rezar y se me va la imaginación por ahí.

Eso es lo que solemos pensar, o que tengo dificultad, que no me concentro, que no me han enseñado el método; si alguien me enseñase bien cómo hacerlo... «Pero me parece que me falta un método, tengo una imaginación que es la loca de la casa».

La historia de Santa Teresa nos enseña que ese no es el problema principal. Una cosa son las distracciones, las preocupaciones, que voy allí a rezar y enseguida mis preocupaciones están en mi cabeza, en mis preocupaciones.

La historia de Santa Teresa nos enseña que el asunto no está tanto en las distracciones, sino en las fugas de amor. Si tu corazón está en otro lugar, "no... no hay tu tía".

Tu corazón solamente si estás haciendo vida de oración en serio, tiene que estar puesto en Dios, y si tu corazón está puesto en otros lugares, la oración que hagas no es verdadera, no es auténtica. Dado que la oración es amistad con Dios, el no amar plenamente a Dios hace que la oración sea una falsedad. Hago oración, pero en el fondo estoy esperando que mi descanso esté en el locutorio hablando con ese de ahí.

En resumen, lo peor no son las distracciones ni la imaginación desatada, sino las incoherencias de vida. Ese es el gran problema para la vida de oración. No se puede vivir la amistad con Dios y con el mundo; nuestro corazón no puede tener dos señores.

A mí siempre me enseñaron lo siguiente: que para ver si a las distracciones que tenemos en la oración tenemos que darles importancia o no, nos decían en el seminario: **«Si un día te distraes con una cosa y se te va la imaginación, y otro día te distraes con otra y otra, con otra y otra, con otra, a ver, no es muy grave porque tu problema es que tienes una imaginación que no hay quien la pare. Pero si siempre te distraes con lo mismo, y siempre me distraigo con temas de dinero y de dinero y de dinero, cuidado, eso ya es otro tema porque eso no solamente es imaginación, eso es que hay apego, hay apego con el dinero y estás siempre con el dinero y con el dinero y con lo que el dinero...»**. Es decir, las distracciones, si uno se examina, puede ver si en ellas se refleja o una imaginación muy desbocada —que puede ser que eso no no es tan peligroso— o un apego del corazón: **«Siempre me distraigo por un rencor que tengo, que no me lo quito de la cabeza, ese rencor, o me distraigo con el dinero o me distraigo con lo que fuere»**.

Eso es un método importante, para entender que si yo verdaderamente tengo un obstáculo, un apego que me pueda estar dificultando mi vida de oración, porque mientras tenga dos señores no voy a orar bien.

Otra enseñanza importante de este proceso de conversión de Santa Teresa es la siguiente.

Dice ella que tenía un problema añadido, aparte de ese apego, con esa persona, que no consultaba. Dice ella: **«Yo no consultaba»**, lo dice varias veces.

Por ejemplo en el capítulo 37 de la Vida: **«No consultaba»**. Hombre, cuando uno consulta las cosas, cuando uno tiene acompañamiento espiritual lo comparte, parece que no, pero solamente el esfuerzo de compartirlo hace que tú mismo te enteres más de lo que está pasando dentro de ti. Pero como no hagas el esfuerzo de decir: «A ver, ¿por qué me cuesta tanto hacer oración?», "sino que yo me lo como, yo me lo guiso, me lo digo a mí mismo"... ya, pero tú compártelo con otra persona, con un acompañante espiritual; en ese momento vas a recibir luz de conocer lo que está pasando dentro de ti. Y no solo por el buen consejo que te pueda dar esa persona, sino porque el esfuerzo de tener que explicarle al otro cómo me veo, te aclaras tú mismo, te aclaras. Todo esto. lo supera en esa segunda conversión que hemos dicho, con los 30 años más o menos.

Cristo la libera, de esa doble vida o de ese apego de su corazón gracias a que se le abren las puertas plenamente en la oración y descubre a Jesucristo como el amor de su vida. **«Cristo es el amor de mi vida» y entonces ya no busca mendigar afectividad, porque si uno está mendigando afectividad por aquí y por allá, mendigo que me hagan caso, mendigo que no sé qué»**... De esa forma tú no estás poniendo tu corazón en Dios.

Santa Teresa podríamos decir que en esas relaciones del locutorio se mendigaba afectividad: «Es ay qué maja es, y qué no sé qué»... yo qué sé, se mendigan afectividades muchas veces, «Que la gente hable bien de mí, que me aplaudan». En este momento, en esa segunda conversión, su oración comienza a ser auténtica porque está hablando con aquel al que ama y con quien experimenta que le ama a ella.

Y de esta forma comienza a avanzar por el camino de la oración de una manera muy rápida, muy rápida y Dios la va introduciendo en la oración mística.

Y por ejemplo, dice en el capítulo 10 de la Vida: **«Acaeció en esta representación que hacía de ponerme cabe Cristo, venirme a deshora un sentimiento de la presencia de Dios, que en ninguna manera podía dudar que estaba dentro de mí o yo toda engolfada en Él»**. Ella comienza a tener una potente experiencia de la presencia de Dios en su vida.

Es muy interesante también conocer un detalle: que las grandes amistades de Santa Teresa de Jesús se forjaron después de esa segunda conversión. De todas las amistades que había tenido antes en el locutorio, de esas no quedó ninguna.

Esto es muy interesante, porque las amistades que no están fundadas en Dios, eso es vanidad. Pero a partir de que ella tuvo la experiencia de Dios, las personas que iban al locutorio eran personas que hablaban de Dios con ella.

Ya hablando de Dios, imagínate una conversación de Santa Teresa de Jesús y San Juan de la Cruz cuando se encontraban, esas sí que fueron amistades para toda la vida, a pesar de que se veían muy poquito.

Y en el locutorio pasaban horas perdiendo el tiempo, y esas amistades se perdieron.

Que eso a mí también... yo la verdad es que ahora si examino mi vida digo: a mí es que nos pasa lo mismo, me doy cuenta que las amistades que ahora te han durado para toda la vida es las amistades que has hecho en Cristo, no las amistades que pude tener yo en la vida... a ver, que todas esas han quedado perdidas. Al final lo que ha perdurado en tu vida es lo que se fundó en Cristo, es como si Cristo se hubiera convertido en el filtro de nuestra relación con el mundo.

Ella en el capítulo 24 del libro de la Vida dice, dice que entendió que el Señor le decía unas palabras: **«Ya no quiero que tengas conversación con hombres, sino con ángeles»**. Como diciéndole: «Mira, tu relación con los demás tiene que ser una relación fundada en Dios».

Hasta aquí más o menos hemos entendido, cuál fue en Santa Teresa cuál fue su camino de conversión, su camino de hacer oración. Para ella lo de convertirse y hacer oración es lo mismo: la conversión le ayuda a hacer oración y el hacer oración en serio le ayuda a convertirse. "No se sabe si es primero el huevo o la gallina", posiblemente sea difícil de responder eso.

El caso fue que hacer oración en serio lo que le llevó a romper con ese apego que tenía en el locutorio, o fue cortar en el locutorio lo que lo que le ayudó a hacer oración en serio... las dos cosas. Posiblemente una le ayuda a la otra, no lo sé, no tengo suficientes datos.

Pero yo creo que de cara a la aplicación a nuestra vida concreta es así: «Yo ¿Por qué no hago una oración más profunda?, aprende a cortar con tus apegos».

¿A qué rezas mejor?. Imagínate por ejemplo, una persona que sea super avariciosa, que con el dinero es tremenda, imagínate que coja y haga un donativo fuerte, que se desprenda de ese dinero con el que tiene ese apego.

¿A que reza mejor ese día, qué te juegas?, ese día va a rezar mejor porque claro, obviamente se va a poner más en serio delante de Dios. El romper con los apegos te lleva a que tu oración sea más sincera, y tu oración más profunda te lleva a romper con tus apegos, es las dos cosas. Por eso digo que no se sabe si "es primero el huevo o la gallina".

Subrayo en cuanto a lo de hacer oración de Santa Teresa, lo siguiente: primero, que ella vive la oración como amistad. Santa Teresa define la oración como un encuentro de amistad según las famosas palabras suyas que están recogidas, "ojo" en el catecismo de la Iglesia Católica.

Cuando el catecismo de la Iglesia Católica explica qué es la oración, echa mano de unas palabras famosas de Santa Teresa; dice **«que no es otra cosa oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos que nos ama»**. Esa es la famosa definición de oración mental de Santa Teresa, que la recoge el catecismo. La repito: «que no es otra cosa oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos que nos ama».

Entonces, a ver, que nadie confunda..., voy a entrar en un tema un poco polémico, que nadie confunda la oración mental teresiana con el concepto moderno de meditación zen, que nadie la confunda.

Por desgracia, si tú tecleas en Google «meditación», todo lo que te aparece es zen. La palabra meditación ha quedado casi copada por lo que el zen entiende por meditación. La oración mental de Santa Teresa no tiene nada que ver con eso.

Santa Teresa se apoya decididamente en la humanidad de Jesucristo partiendo de los sentidos, corporales aplicados a la meditación en una composición de lugar, como también dice después pues San Ignacio de Loyola. Se sirve de los sentidos corporales para imaginar y entrar en oración en diálogo con Jesucristo.

Esto no tiene nada que ver con el famoso vacío que busca el zen, que lo que el zen busca es no pensar, tener un vacío, no formular ningún tipo de concepto, quedarte en vacío, no sentir nada, eso no es la oración mental de Santa Teresa. Para el zen y por desgracia también hay muchas escuelas —algunas, no voy a decir muchas, algunas escuelas cristianas— que pretenden utilizar el método zen como escuela, y que yo creo que es un empobrecimiento impresionante.

Es como desechar un tesoro que tenemos de Santa Teresa e irte a Oriente a buscar un método cuando tú aquí tienes la que yo creo es la joya de la espiritualidad.

Pero por ejemplo, pues no me voy a cortar de decirlo. Uno lee a Pablo d'Ors y sus libros, el libro del silencio, etcétera... a ver, con todos mis respetos, pero tú lees ese libro y una cosa queda clara: el vacío es la meta.

La meditación es la meta, no el camino, no es el método teresiano.

La meditación es el camino para llegar al encuentro con Cristo, para llegar a la verdad; la meditación no es la meta, el vacío no es la meta. En todo caso, vaciarme de mí mismo será el camino para llegar a la meta que es Cristo.

La oración mental de Santa Teresa no tiene nada que ver con el vacío interior que busca el zen, aunque uno puede buscar algún texto de Santa Teresa o de San Juan de la Cruz que, sacándolo de contenido, le dé alguna apariencia, pero que es pura apariencia.

Subrayo esto, por ejemplo dice ella, en el libro de la Vida: **«Esta es la oración mental, hijas mías, entender estas verdades»**. Las verdades de la fe: «Yo por la oración mental quiero entender las verdades de la fe, que Cristo es mi redentor, etcétera», es todo lo contrario del zen, que no tiene verdades ningunas: «No, yo no quiero verdades, yo lo que quiero es sencillamente buscar el silencio y la relajación interior». Santa Teresa dice que la oración es llegar a entender estas verdades, las verdades que están reveladas en Cristo.

Dicho esto lógicamente, cuando decimos que la oración mental de Santa Teresa no tiene nada que ver con el vacío, con el vacío zen, pero claro, la oración de Santa Teresa está muy lejos de reducirse a un mero discurso racional. La oración mental de ella ya no es discurso, sino la clave está en que uno esté en presencia del Señor; que si está discurrendo algo, ese discurrir le sirva para estar con el Señor y estar a gusto con Él, estar en su presencia.

Lo importante de la oración, el método de Santa Teresa, no es cuántas cosas digo, sino que yo viva en su presencia, que me ponga en su presencia y que me sepa amado y acompañado por Él. Esa es la meta, es decir, no se trata únicamente de discurrir, de a ver qué cosas, sino de suscitar amor y entrega. El método de oración de Santa Teresa es bueno. Escucho un texto de la palabra de Dios o parto de una reflexión, pero para que partiendo de ella suscita en mí amor y deseo de entrega.

Y entonces llega el momento en que dices: no sigas discurrendo, discurrendo y discurrendo, porque eso ya te va..., en ese discurso excesivo en la oración te puede apartar de lo principal, que es estar con Dios a gusto en su presencia.

Y por eso ella habla también, de acallar el alma, acallar y acallar el discurso. Cuando uno está en la presencia de Dios y está a gusto estando con Él, y punto: estoy con Él a gusto y estoy en su presencia.

Que es un poco, digamos, la oración afectiva donde ya el discurso racional comienza a estorbar y me quedo a gusto en la presencia, en la presencia de Dios.

Dice por ejemplo en el capítulo 13 de la Vida: **«Pues tornando a lo que decía de pensar en Cristo atado a la columna, es bueno discurrir un rato y pensar las penas que allí tuvo, y por qué las tuvo, y quién es el que las tuvo, y el... y con qué amor las pasó; más que no se canse siempre de andar a buscar, sino que se esté allí callado también el entendimiento».** Una vez que ya has discurrido, «ahora cállate, no sigas dándole vueltas a las cosas. Ocúpese en mirar a quien le mira, y le acompañe, y hable, y pida, sea humilde, y regale en Él, y acuerde que no merecía estar allí».

Dice: llega un momento que ya he tenido mi discurso de verle a Jesús atado a la columna, de cómo fue flagelado por mí; ahora ya no sigas haciendo un discurso largo, es decir, mírale y deja que te mire, y experimenta su amor. Este es el método de oración mental teresiana.

Ella incluso pone el ejemplo de una gallina que está en el huerto y va picoteando un grano de maíz: se agacha para un grano de maíz, levanta el pico y tarda un rato en deglutirlo hasta que traga el grano de maíz y va a por el siguiente. Pone ese método como para comprender cómo uno pues busca un texto de la palabra de Dios que le toca el corazón y le da unas vueltas, y que le ayudan a ponerse en presencia de Dios y estar y dejarse amar por Él, y cuando ya pues esa oración de presencia ha concluido, busca otro grano para seguir alimentándose. Es una imagen hermosa, para entender su método de oración.

Insistimos en lo fundamental: la clave está en que mi corazón esté puesto en Dios, que no haya rupturas de amor como tenía Santa Teresa antes de su conversión, sino que mi corazón está puesto en Dios, que viva en su presencia.

Y estar con Dios no solo es pensar en Él, sino gozar de su presencia. Dice el libro de las Fundaciones: **«No está la cosa en pensar mucho, sino en amar mucho»**.

Porque a algunos he topado que les parece está todo el negocio en el pensamiento; no solamente con pensar, pensar y pensar en la meditación no llegas a fundirte, a unirte con Dios.

Podríamos decir lo siguiente, fijaros: que los pensamientos y consideraciones son como un trampolín para centrarte en el acto de amor delante de Dios. Ahora bien, no se puede prescindir de los pensamientos en la oración como hace el zen, sino en la medida en que Dios te da las consolaciones de amor; es cuando entonces puedes prescindir de seguir meditando. Es decir, que no es una renuncia metodológica de «voy a dejar de pensar», como hace el zen, renunciar al discurso del pensamiento, sino es la consecuencia necesaria para acoger la **oración afectiva**. Cuando Dios me llena de su amor, dejo de pensar más cosas y me quedo a gusto en su presencia.

Dicho esto, que es un poco la explicación del método teresiano de qué se entiende por meditación, es importante entender que la clave del combate por la oración tiene algunos presupuestos.

El primero: fidelidad. Ella utiliza esa famosa expresión: **«determinada determinación»**, que es como..., una expresión potente, determinada determinación. "Ya llueva, o caigan chuzos, ya sea lo que sea, tengo que ser fiel a la oración; si la cojo, lo dejo, así no se va por la vida".

Esto hoy en día, esto es clave, porque hoy en día la perseverancia nos cuesta mucho, la perseverancia cuesta muchísimo en nuestra cultura. La gente muchas veces dice: «Bueno, yo cuando siento necesidad, cuando me lo pide, hago oración, luego después lo dejo». Disponerse a estar con Él exige, darle a Dios un tiempo central en mi vida. No... en segundo lugar, es que también tengo que cuidar ese momento, que sea un momento de calidad; tiene que haber un espacio para hacer oración. No me refiero únicamente a un sitio, sino a un momento, pero que sea también un espacio de calidad.

Por ejemplo, cuando se dice: «Hombre, pero si tú las cosas las haces en presencia de Dios, si todo es oración, si todo lo que hago es oración»... a ver, un momento. Para decir que todo es oración hay que ser verdaderamente un místico y nosotros no lo somos; luego, todo es oración no es verdad. Todo lo que hacemos debería de ser oración, ya, pero para llegar a eso, primero hay que hacer oración explícita, si no, no es verdad que todo lo que haga sea oración.

También es muy importante caer en cuenta de que es el Señor el que nos busca, no soy yo, déjate buscar por Dios. Dios es el que quiere estar contigo, luego yo necesito y debo de buscar un rato de hacer oración porque el Señor quiere estar conmigo, quiere estar conmigo. Entonces, si quiere estar conmigo, le debo de dar el tiempo, el tiempo para que el encuentro de Cristo conmigo se pueda producir.

Otro elemento clave: la oración bien hecha se traduce en disponibilidad. Es cuando uno hace oración de verdad, eso se traduce en que busca la voluntad de Dios, y entonces sale de la oración mucho más disponible para los demás, para lo que me pidan, porque verdaderamente hacer oración es superar mi amor propio, es hacer y querer lo que Dios quiera.

Hacer oración es buscar la voluntad de Dios: **«Señor, que no se haga mi voluntad, sino la tuya»**. Jesús nos enseñó que hacer oración era buscar la voluntad de Dios, con lo cual si lo lógico es que si alguien hace vida de oración salga con la disponibilidad de en todo amar y servir, como dice San Ignacio de Loyola, en todo amar y servir, porque la oración nos mete en la voluntad de Dios, y lo que más la autentifica es mi deseo de hacer la voluntad de Dios, mi deseo de hacer su voluntad y mi facilidad para negarme a mí mismo, a mis planes, a mis criterios, porque yo solo quiero lo que Dios quiera.

Eso es lo que autentifica de alguna manera, la verdad de nuestra oración. Nosotros muchas veces solemos pensar que una oración bien hecha es aquella que te ha hecho sentirte muy bien, en la que has sentido mucha paz y mucha, mucho consuelo.

Buscamos a veces más que a Dios, las consolaciones que Dios nos puede dar; uno mide su oración si ha experimentado internamente una alegría y una paz. Ese no es el criterio definitivo, de hecho, Jesús en el huerto de los Olivos no parece que estaba muy consolado, pero sin embargo lo que sí que dijo es **«que no se haga mi voluntad, sino la tuya»**. Lo que autentifica nuestra oración es mi deseo de hacer la voluntad de Dios por encima de todo.

El amor es un pasar de uno mismo al otro sin quedarse encerrado en nuestro gusto. A veces confundimos el amor con el gusto, y no es lo mismo mis gustos que el amor. El amor muchas veces te lleva al olvido, al olvido de ti mismo, superando tus propios gustos.

Creo que por lo tanto la prueba de la oración, si hubiese un termómetro para decir «yo rezo bien o no rezo bien, tiene calidad o no tiene calidad», podría hacerte esta pregunta: yo, después de hacer oración, ¿tengo más disposición para el olvido de mí mismo, para abrazar la cruz de mi vida, para entregarme a la voluntad de Dios? Ese sería el mayor, el mejor test de autenticidad en nuestra vida de oración.

En definitiva, creo que Santa Teresa es un lujo, es un regalo de Dios a la vida de la Iglesia y que su historia de santidad está ligada a su historia de fidelidad a la oración. Uno lee la vida de Santa Teresa y sobre todo lo que saca es la consecuencia, la conclusión de que tenemos que ser fieles a la oración y tener en nuestra vida un tiempo de oración de meditación.

Recuerdo que siendo jovencito, cayó en mis manos un libro que no sé si algunos lo conoceréis, me acuerdo que era *15 minutos en compañía de Jesús sacramentado*, ¿alguno se acuerda de ese libro?.

Ese libro fue uno de los que estuvo en el origen y luego hubo versiones que en el fondo era como una especie de ayuda a que tú aprendieras a abrirte, a hablar con Jesús en amistad, a tener una oración de amistad, una conversación que sea un diálogo de amistad.

Eso creo que puede ser una introducción a la oración de meditación, que ayuda para introducirse en un diálogo de amistad en la que aquel al que amas le cuentas tus cosas, le compartes tus preocupaciones, tu vida, tus alegrías, tus penas.

Es una manera de en ese coloquio de encuentro personal con Cristo, que eso es lo que es la oración: un encuentro personal. Lo que dice Santa Teresa: **«tratar de amistad con quien sabemos que nos ama»**. A Jesús le hablo como mi mejor amigo, Él me ama, Él me quiere, entonces la oración de meditación no es otra cosa.

Creo que una buena fórmula para introducirnos hoy en día, para aprender a orar, es a ver: 15 minutos en compañía de Jesús sacramentado.

Me acuerdo que aquel libro te decía: **«Dile a Jesús lo que llevas en tu corazón, dile qué es lo que en este momento estás experimentando, dile cuáles son tus proyectos»**, y de esa manera, siendo unos adolescentes, nos enseñaban, nos introducían en la oración de meditación.

También en los ejercicios espirituales fue otro momento importantísimo en nuestra vida de oración. Después de darte una meditación, una charla sobre un pasaje del Evangelio, después nos introdujeron... nos introducían en cómo desde la meditación que habías recibido, ponerte en presencia de Dios y en diálogo con Él.

Por eso os animo, me gustaría que esta charla sirviese para que cada uno de nosotros tomase conciencia de hacer del encuentro con Cristo en la oración el centro de su vida, de su vida espiritual.