

LOS SILENCIOS DE LA MEDITACIÓN (John Main)

Según el Nuevo Testamento, la oración es la corriente de amor que fluye constantemente entre Jesús y su Padre en nuestros corazones. Esta corriente de amor es el Espíritu Santo. La más importante tarea para cualquier vida plenamente humana es abrirse todo lo posible a esta corriente de amor. Estamos siempre llamados a ver con los ojos de Cristo y a amar con su corazón.

El mantra o palabra de oración es simplemente un instrumento para desapegarnos de nuestros pensamientos y preocupaciones. Lo recitamos por el tiempo que sea necesario antes de que nos tome la única oración de Jesús. Pero llegará el día en que nuestro mantra dejará de resonar en nuestra conciencia y en que nos perderemos en el eterno silencio de Dios. Cuando esto suceda, no se tratará de poseer este silencio que se nos ha brindado, o de usarlo para nuestra propia satisfacción. La regla es que tan pronto como nos demos cuenta de que estamos en ese estado de profundo silencio, que tan pronto como empezemos a reflexionar sobre él, regresemos suave y quedamente a nuestro mantra.

Gradualmente los silencios de la meditación se vuelven más largos, y así hasta que estamos simplemente absortos en el misterio de Dios. Lo importante es tener siempre la valentía y la generosidad para volver al mantra tan pronto como nos hagamos conscientes de alguna distracción o del silencio de Dios. También es importante no tratar de inventar o anticipar ninguna de todas estas experiencias. Cada uno de nosotros está llamado a las cumbres de la oración cristiana. La oración de Cristo puede convertirse, en efecto, en la experiencia fundamental de nuestra vida.

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

¿Quisieras realmente que la oración de Cristo fuera la experiencia fundamental de tu vida?

¿Has llegado a alguna clase de silencio en tu meditación? ¿Cómo lo describirías?

¿Qué significa para ti ver con los ojos de Cristo? Pon algún ejemplo.