

CONOCER PARA AMAR

Descubriendo nuestra fe para una verdadera vida del Reino

evangelizacion.mx

Meditacion

Por: Phro. Ernesto María Caro

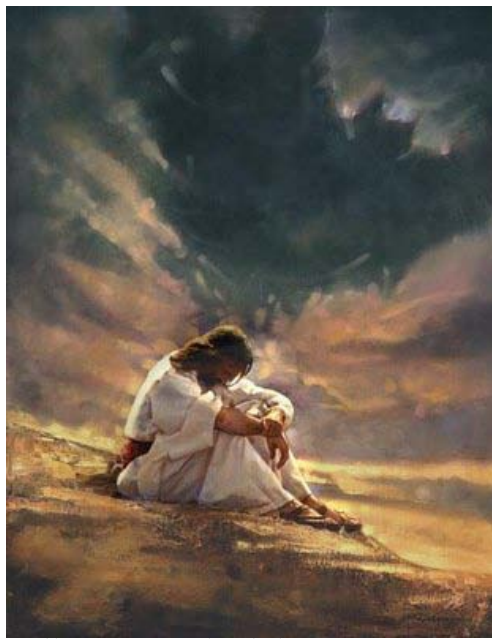
Otro modo de orar es la meditación. Ésta, por su estructura, busca la intimidad con Dios, y en este encuentro amoroso fijar las verdades de la fe. Cuando nosotros meditamos, el Espíritu Santo, nos ilumina sobre estas verdades y nos da la fortaleza para tomar resoluciones que afectan nuestra vida. Es el espacio por el que entramos en comunión con Dios, y por lo tanto, es el camino a la contemplación, (máxima experiencia de Dios en la tierra). Este tipo de oración mezcla grandemente el diálogo interior y nuestros sentimientos, ya que cuando nosotros estamos meditando, nuestra sensibilidad se dispone para el amor. Además, la presencia de Dios, por el Espíritu Santo, produce generalmente una serie de sentimientos o reacciones anímicas en nosotros (esto no es siempre, pero no se puede negar que de una o de otra manera, la sensibilidad juega un papel muy importante en nuestras oración, ya que son estos los que empujan los cambios de actitud). Por ello notaremos que si estamos meditando sobre la pasión, será muy normal el sentir lástima o tristeza, deseos de no volver a ofender a Dios; por el contrario, si estamos meditando sobre la encarnación nos podemos llenar de alegría y goza al ver al Niño en brazos de su Madre, lo cual suscita en nosotros deseos de adoración y un gran gozo que nos podría incluso llevar hasta las lágrimas. Esta es una de las grandes razones del porque después de una

buena meditación, el alma sale confortada y enriquecida, dispuesta a vivir el encuentro con Dios a lo largo de toda la jornada de trabajo. El hombre en la meditación, en base a lo que ha contemplado y lo que el Espíritu Santo ha puesto en su corazón, sale dispuesto a cambiar su vida; a ser más amoroso, más servicial. Se va dando la transformación profunda en el hombre lo que le lleva a alcanzar “la estatura del varón perfecto que es Jesucristo”.

La oración de meditación, no solo es cuestión del

entendimiento, pues en este encuentro con Dios, la inteligencia y la imaginación son envueltas por la voz de Dios, que las ilumina y las perfecciona. Es como dejar a Dios entrar plenamente al centro de nuestra existencia, al centro de nuestro “yo” más profundo y desde ahí empezar a gobernar. Por eso la oración, mediante la meditación, es el mejor instrumento que tiene Dios para cambiar las actitudes del hombre, cambiar su corazón, cambiar aquello que lo aparta del camino de la vida; es, en pocas palabras, el instrumento del que se vale Dios para formar en el hombre la imagen de su amado Hijo Je-

sucristo. Por esto, la oración cambia nuestro temperamento, nuestra manera de ver las cosas y las personas. Y es que después de haber contemplado en la meditación a Jesús en medio de los leprosos o dando de comer a las muchedumbres ya no puedo ver igual a



<http://www.mallinista.com/2009/08/acerca-del-descanso-en-el-espiritu.html>

mis hermanos. De igual manera, nunca podré ver a la mujer igual después de meditar y contemplar a María adorando al pequeño niño o al pie de la cruz. En la meditación coopera fuertemente nuestra naturaleza con la acción del Espíritu para modificar toda nuestra percepción y así cambiar nuestras actitudes.

Podemos decir que oración de meditación, en sí tiene dos momentos: el primero, consiste en el discurso que pretende, mediante la lectura atenta y amorosa de la Sagrada Escritura, penetrar -ayudados por la luz del Espíritu Santo- las verdades divinas, las verdades de la fe y fijarlas en el alma. El segundo momento, está dedicado al trato amoroso con Dios (o intimidad), el cual es producto de la acción del Espíritu Santo. Es en este momento cuando el alma se pone de cara a Dios y se recoge fijando su atención en Dios, reposa amorosamente y con paz en sus brazos. Vista así la meditación, parecería que es lo mismo que la con-

templación. Sin embargo, si quisiéramos explicar la diferencia entre ambas, podríamos usar el ejemplo de la cisterna y el manantial. En el manantial, para beber agua basta con agacharnos y saciar la sed, pues el agua surge naturalmente; mientras que en el pozo o la cisterna, es necesario mayor esfuerzo: es necesario tener un cubo y una cuerda, es decir, elementos extras para poder extraer el agua para beber un poco y sin quedar saciados. Así en la contemplación, basta que Dios nos llene con su Agua Viva, y sin ningún esfuerzo de nuestra parte, quedamos saciados. Mientras que en la meditación, necesitaremos del esfuerzo humano y ordinariamente siempre quedaremos con sed de Dios, a pesar de haber hecho un gran esfuerzo para beber de la fuente del Amor.

