

# Carta de Asís

Marzo de 2010. Principio 1. Buscar cada día la relación personalizada con Dios

Número - 17

La Red Asís es una red social abierta de personas que quieren conocer o compartir la espiritualidad franciscana en su vida cotidiana.

Una y otra vez volvemos sobre los principios de la Red Asís con el objetivo de ir viendo cómo, efectivamente, pueden ser un camino para encontrar un sentido profundo a la existencia. En la búsqueda

personal, dos experiencias: el silencio y la interioridad, pueden poner sobre la pista de lo que es ya una experiencia explícitamente religiosa: la apertura y la relación con "Otro", la oración.

## Tema de reflexión

### Sobre la oración

¿Qué es rezar? Muchas veces no sabemos muy bien a qué nos referimos con la oración. En estos tiempos de pragmatismo e incredulidad, no sabemos muy bien qué hacer con la oración. No sabemos bien, ni siquiera, qué hacer cuando nos quedamos en silencio.

Y, sin embargo, entrando en el silencio y la interioridad, sentimos en lo profundo una búsqueda, nos aparecen las grandes preguntas; cuando nos enfrentamos a nuestra verdad profunda, vivimos momentos en los que nos sale un sentimiento de admiración, un momento de agradecimiento intenso, algo extremadamente simple que nos sale del corazón. En momentos así, a veces sentimos una presencia, la posibilidad de un interlocutor, parece que podemos descansar en un otro.

Pero, en seguida, nos asaltan las dudas, porque dudamos de que alguien nos escuche, ¿Cómo va a haber un Dios que me escuche a mí? Nos quedamos ahí, retrocediendo y cerrándonos.

Con una fe muy pequeñita, una pequeña confianza del corazón, tomando tiempo para quitarnos de los ruidos, dentro de nosotros podremos encontrarnos

con la voz del Espíritu que ora, y poder decir como dijo el profeta: "Mi alma te buscaba durante la noche, Señor; en lo más profundo de mí, mi espíritu te buscaba".

En nuestro silencio va surgiendo el abandono y la confianza en el misterio de Dios, intentando permanecer delante de Él: "Dios mío, no sé si existes ni si me escuchas, pero yo siento que puedo descansar en ti, que mi vida encuentra en ti su reposo".

La oración nos va acercando al conocimiento de Dios; además, podemos seguir a Jesús mismo, para quien la oración era su fuente natural de vida, para quien el Padre era todo. Él sale a nuestro encuentro también en su Palabra: leer el Evangelio, ir recorriendo la vida de Jesús puede ir transformándose en oración.

En la oración iremos encontrando la fuente de un amor que quema el corazón. Hasta que llega un día en el que, en un momento de adoración, nos encontramos, como Tomás, en presencia de Jesús y con el corazón entregado podemos decirle: "Señor mío y Dios mío".

## Texto evangélico: Mt 6, 5-8

Cuando oréis, no seáis como los hipócritas, a quienes les gusta orar de pie en las sinagogas y en las esquinas de las plazas, para que la gente los vea. Os aseguro que con eso ya tienen su recompensa. Tú, cuando ores, entra en tu cuarto, cierra la puerta y ora en secreto a tu Padre. Y tu

Padre, que ve en lo secreto, te dará tu recompensa. Y al orar no repitas palabras inútilmente, como hacen los paganos, que se imaginan que por su mucha palabrería Dios les hará más caso. No seáis como ellos, porque vuestro Padre sabe lo que necesitáis aun antes de habérselo pedido.

## Espiritualidad franciscana

Nos hubiera gustado, pero Francisco de Asís no fue un tratadista de la oración, no nos ha dejado recetas ni métodos para aprender a orar. Francisco fue sencillamente un "hombre hecho oración". Y es que, además, no puede haber recetas para la oración, lo mismo que no hay recetas para la relación. Orar es relacionarse con el Señor y la relación, por definición, es personal e intransferible, cada uno se relaciona desde sí mismo, desde su momento, desde su historia personal. Tu vida es tuya y solo tuya y estás llamado a desplegar tu relación con Dios, como solo tú puedes hacer.

Un "corazón puro" es lo único que Francisco pide para orar. Y "corazón puro" es el corazón del que, consciente de su pobreza, se vuelve humildemente hacia Dios, le reconoce como "Señor" y se llena de gozo. Corazón puro es el de aquel que no está pendiente de sí mismo, sino vuelto enteramente al Señor, a quien conoce, ama y alaba.

Orar es acercarse a Dios con corazón de pobre y dejar, con humildad, que el "Espíritu del Señor" transforme nuestra búsqueda en encuentro y nuestra noche en día.

## Del Salmo 23

Tú, Señor, eres mi pastor, nada me falta.  
En verdes praderas me haces descansar,  
me guías a arroyos de aguas tranquilas,  
reparas mis fuerzas  
y me llevas por caminos rectos.

Aunque pase por el más oscuro de los valles,  
nada temeré, porque tú, Señor, estás conmigo.  
Me has preparado un banquete;  
has vertido perfume sobre mi cabeza  
y has llenado mi copa a rebosar.  
Tu bondad y tu amor me acompañan  
a lo largo de mis días.

## Epílogo de la carta

Sin interioridad la vida se diluye en los estímulos inmediatos y superficiales y se bloquea el camino de una vida con sentido.

## Evangelio diario del mes de abril de 2010

Las personas que deseen hacer una lectura diaria del Evangelio, según las lecturas que corresponden cada día, tienen a continuación las referencias de todo el mes de abril:

1 Jn 13,1-15	8 Lc 24,35-48	15 Jn 3,31-36	22 Jn 6,44-51	29 Jn 13,16-20
2 Jn 18,1-19,42	9 Jn 21,1-14	16 Jn 6,1-15	23 Jn 6,52-59	30 Jn 14,1-6
3 Lc 24, 1-12	10 Mc 16,9-15	17 Jn 6,16-21	24 Jn 6,60-69	
4 Jn 20, 1-9	11 Jn 20, 19-31	18 Jn 21, 1-19	25 Jn 10, 27-30	
5 Mt 28,8-15	12 Jn 3,1-8	19 Jn 6,22-29	26 Jn 10,1-10	
6 Jn 20,11-18	13 Jn 3,5a.7b-15	20 Jn 6,30-35	27 Jn 10,22-30	
7 Lc 24,13-35	14 Jn 3,16-21	21 Jn 6,35-40	28 Jn 12,44-50	

### Notas:

La característica principal de la Red Asís es que quiere ser abierta, ofrecerse y multiplicarse. Todos/as podemos ser multiplicadores de la Red Asís pensando a quién podemos invitar a inscribirse para recibir esta Carta o acudir a la oración mensual que se celebra los últimos jueves de cada mes a las 19.30 h, en los lugares habituales.

Si quieres recibir información sobre la Red Asís o inscribirte para recibir mensualmente esta carta, llama al 646-214896 o envía un mail a [redasis@arantzazu.org](mailto:redasis@arantzazu.org).

En la página web de la Red encontrarás la herramienta "Sugerencias para el trabajo personal o en grupo con la Carta de Asís" para profundizar en los contenidos de esta Carta.

# Sugerencias para el trabajo personal o en grupo con la

## Carta de Asís

Número - 17

Marzo de 2010. Principio 1. Buscar cada día la relación personalizada con Dios

Este mes nos detenemos en una mediación fundamental para la relación con Dios: la oración. No se trata de un tema más de práctica religiosa o de una obligación del creyente, sino del regalo que Dios mismo nos hace: poder relacionarnos personalmente con Él. Para ello, cultivar el silencio y la interioridad nos ayudará a ir viviendo desde lo profundo de nuestro ser, desde donde ese encuentro podrá ir abriéndose camino.

### Desde el silencio y la interioridad

El silencio nos lleva a nuestra interioridad, lugar desde el que puedo abrirme a los otros y a Dios. Un paseo tranquilo solo/a, escuchar una música suave, una lectura, ... pueden ayudar a entrar en ese silencio y a ir descubriendo la vida interior.

También las preguntas que nacen de lo más profundo -no las que se "sabe" que son importantes- pondrán en camino: ¿Cuáles son para ti esas preguntas? Acógelas y deja que vayan conduciendo tu búsqueda.

### "...ora en secreto a tu Padre"

Jesús nos lo pone bastante fácil: para orar no hacen falta grandes montajes, ni ir a la iglesia, ni tener estudios. Basta querer y hacerlo, sencillamente, como te salga, sabiendo que Él quiere, más que tú, estar contigo; que te acoge tal y como estás y te escucha. ¿Percibes la invitación interior a intentarlo?

¿Qué sensaciones se despiertan en ti ante la mera posibilidad de que Dios quiera relacionarse contigo personalmente?

### No hay recetas

El camino de la oración es muy personal. Hay métodos que pueden ayudar, pero, al final, se trata de ponerse cara a cara ante Dios, desde la propia realidad.

Quizás éste sea un buen momento para intentarlo: Hazte consciente de tu respiración y síguela durante unos minutos... te ayudará a ir silenciándote... Toma conciencia de tus dificultades, limitaciones, aquello que te cuesta aceptar de ti mismo/a... Exprésale a Dios los sentimientos

que esas realidades despiertan en ti... A pesar de todo, estás en buenas manos... Pídele que vaya transformando tu búsqueda en encuentro...

### "Nada me falta"

La oración irá llevándote a experimentar así a Dios. Cuando te diriges a Él con este salmo, tú eres el protagonista del mismo, no el salmista; tú eres a quien se dirigen las acciones de Dios que aparecen en el salmo. Léelo despacio, como si fueran tus propias palabras... ¿Qué despierta en ti?

La vida no nos ahorra dificultades, situaciones de dolor, ... pero cuando intuimos siquiera que Dios nos acompaña ya nada es igual, *nada hay que temer, nada nos falta...* ¿Tienes alguna experiencia en este sentido? Si no ¿qué sientes ante la mera posibilidad de que sea así?

### Sugerencia práctica: oración personal

Si el tema de Dios va resonando en ti, será bueno que vayas dando a la oración un lugar en tu vida cotidiana. Bastan 15 ó 20 minutos para empezar. Puedes utilizar una selección de textos bíblicos, el evangelio de cada día o hacer una lectura continuada del mismo.

Un método sencillo que puede ayudarte: relájate; lee despacio el texto seleccionado, desde el corazón; estate atenta/o a lo que se va despertando en ti; deja que lo que ha resonado se convierta en relación personal con Dios, expresándole sencillamente, con tus palabras, lo que brote en ti.

Un libro práctico que puede servir de guía: "*Camino de transformación personal. Sabiduría cristiana*", Javier Garrido. Ed. San Pablo.