

# INDICE

2	<b>BUENOS CIMIENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Características de los cuatro pilares</li></ul>
8	<b>PRIMER PILAR:</b> LA LECTURA de la PALABRA DE DIOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• La meditacion</li><li>• La lectura espiritual</li></ul>
15	<b>SEGUNDO PILAR:</b> EL AMOR a LA EUCARISTÍA	<ul style="list-style-type: none"><li>• La visita al Santisimo Sacramento</li></ul>
25	<b>TERCER PILAR:</b> EL AMOR A NUESTRA SEÑORA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Como somos de Maria?</li><li>• Las tres “Ave Maria”</li><li>• La visita a las imagenes</li><li>• El Angelus</li><li>• El Rosario</li></ul>
31	<b>CUARTO PILAR:</b> COMENZAR Y TERMINAR EL DÍA JUNTO A JESÚS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Oracion de la manana y de la noche</li></ul>
35	<b>PARA TERMINAR</b> ALGUNOS CONSEJOS	

## **BUENOS CIMIENTOS:**

**E**n el año 1968 hubo que cerrar la iglesia más grande de la ciudad de Buenos Aires. Grandes rajaduras en el techo hacían que las lozas de piedra de la bóveda cayeran al piso, con gran peligro para los feligreses. Se consulto a muchos ingenieros y arquitectos, cada uno daba su solución, pero las piedras continuaban cayendo. Se llamo por último un ingeniero experto en sostenimiento de edificios, el mismo que había edificado la cancha del club de futbol Boca. Este hombre, al contrario de todos los anteriores en lugar de revisar el techo, hizo cavar grandes pozos junto a los cimientos, para ver como estaban, su grosor y cuan profundos eran. Al terminar los estudios llamo al párroco y le dijo: -“Padre, no se haga problema, esto tiene solución”. \_”Como, dice eso, respondió el sacerdote, hasta ahora todos los trabajos han sido inútiles”. Podemos arreglar los techos, dijo el ingeniero porque esta iglesia ha sido construida sobre 4 grandes pilares, Usted no los ve porque están bajo tierra, pero hay tanto cimiento enterrado hacia abajo, como edificio Usted ve para arriba”. Sobre esos cuatro pilares, consolidaremos el techo. Y así se hizo y ese Templo, quizás uno de los más hermosos de la ciudad, se salvó de la demolición.

No todos los templos son de piedra, San Pablo nos dice que “somos templos vivos de Dios”. Pero a pesar de no ser de piedra, también tienen cimientos. Pilares ocultos que sostienen el resto de ese edificio como las virtudes, el apostolado, la fe etc.

Este folleto quiere enseñarte y ayudarte a colocar 4 grandes cimientos para tu vida cristiana.

Esos cuatro cimientos o pilares son 4 momentos de oración que hacen crecer en tu amistad con El Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. Como 4 grandes columnas su función es sostener todo lo demás, mantenernos en presencia de Dios “amorosa y continua”. Medios para alcanzar un fin mayor y por el cual ellos adquieren sentido, pues nadie vive en los cimientos, para nada tiene sentido un poste de electricidad sin un cable que transportar y nadie se queda parado delante de un letrero de señalamiento . En los tres casos los pilares están puestos para proteger y alcanzar una finalidad superior sin la cual vacían su sentido de existir : son “medios para...” Forman parte de la enseñanza de la Iglesia, avalada por la vida de hombres y mujeres que a través de ellos se han santificado , su fuente última es el mismo Jesús.

### **Estos cuatro pilares son:**

1. La lectura de la Sagrada Escritura.
2. La devoción al Santísimo Sacramento del Altar.
3. El amor a la Virgen María nuestra Madre
4. Comenzar y finalizar el día bajo la mirada de Jesús

### **Características**

Hace unos años estuve alojado en la casa de unos amigos por varios días, cuando llegue, por la mañana me asomé con entusiasmo al balcón del departamento situado en el piso 25, que panorama, se veía toda la ciudad y las costas del país vecino. Pero para mi sorpresa esa tarde al volver a contemplar ese paisaje urbano, había cosas que ya no se venían, ante mi pregunta asombrada me respondieron que todo edificio alto necesita tener desde sus cimientos cierta oscilación o movimiento, el de este era de 1 metro, por eso no era igual la vista de mañana que por la tarde. Es que estos edificios están continuamente sometidos a fuertes vientos debido a su altura y a la resistencia que ofrecen sus anchas paredes, por lo tanto necesitaran una construcción

que le permita solides y una cierta flexibilidad, ya que si el edificio fuera totalmente rígido se quebraría frente a los embates del viento y los movimientos del suelo.

### **Solides y flexibilidad.**

Un pilar es algo lo suficientemente sólido como para construir sobre él un edificio grande y elevad , y que debe ser a la vez capaz de una cierta flexibilidad o temple, que le permitan firmeza sin resquebrajamiento y una movilidad sin deformación.

El edificio de tu vida espiritual, es la casa que debes “construir sobre roca”, como dice Jesús, si no queremos que se derrumbe. Todos conocemos los vientos fuertes de los problemas, de los grandes dolores, de las dudas , de las tentaciones, vientos todos de los que nadie está a resguardo sino que es necesario resistirlos, por eso los cuatro pilares deben ser sólidos, es decir que no puedes hacerlos así nomás, superficialmente y con desgano, sabiendo que el esfuerzo de hoy por hacerlos bien y en profundidad será la mejor inversión para el momento de la prueba.

### **Flexibles**

Pero también sabes que no todos tus días son iguales y que no puedes prevenir absolutamente todo, por lo tanto también los pilares deben tener cierta flexibilidad o temple que les permita moverse y adecuarse a la situación pero sin deformarse ni diluirse. Cada día es diferente al anterior, por lo tanto se realista, teniendo la suficiente flexibilidad para mover un poco tus horario si llega a ser necesario, o el lugar, e incluso a veces también el modo de hacerlos, siendo sincero con tu mismo sabiendo que estamos más inclinados a hacer de menos que de más y a la inconstancia, para que esta flexibilidad no se convierta en una excusa.

## **A cierta distancia**

Seguro que has visto en algún lado, esos postes que transportan cables que tienen energía eléctrica. Estos postes de luz están puestos a una determinada distancia uno de otro, de modo tal que el cable que los recorre realiza una curva, ya que en la medida que se acerca al pilar se eleva, luego por la fuerza gravitatoria y el peso mismo del cable este tiende hacia abajo pero es elevado inmediatamente por la presencia del siguiente poste y así sucesivamente.

Los pilares de tu vida espiritual, cumplen esa función: una adecuada distribución a lo largo del recorrido de tu día y, por esto mismo te ayudarán a mantener la “elevación de miras” necesaria. Son dos características importantes para los pilares de los que aquí queremos hablar: adecuada distribución y suficiente tensión.

Se cuenta de la vida del Cardenal Richelieu, que rezaba cada dos días, comenzaba a las 23,30hs de un día y luego continuaba a las 0hs del día siguiente así en una hora rezaba por los dos días sin tener que interrumpir luego sus labores. “Mato dos pájaros de un tiro”, decía ante el asombro de los que lo veían. Es evidente que este Cardenal no ha sido modelo de oración.

## **Cargar las pilas**

Adecuadamente distribuidos: Para que todo el camino de tu día sea recorrido en presencia de Dios es necesario que estos momentos de oración los distribuyas de la mejor manera posible, teniendo en cuenta división natural que tiene un día: Mañana, medio día, tarde y noche que son los cuatro momentos más destacados y con los cuales coinciden, generalmente, nuestros cambios de actividades, descansos, etc. Por ello es importante que cada uno de estos momentos esté iluminado por un pilar.

Esta distribución mantendrá la tensión o deseo profundo de estar con el Amigo, mantener el corazón encendido, que durante el día cuando nos sum-

erjamos en las cosas, tareas y demás ocupaciones haya algo dentro nuestro que nos fortalezca y renueve.” cargar las pilas, según una expresión popular

### **Un letrero de señalamiento**

Hace uno años subiendo al monte Champaqui con un grupo de jóvenes al finalizar una reunión, ya no había mas camino señalado, pero de pronto cuando ya nos creíamos perdidos vimos sobre una gran piedras otra piedra superpuesta y pintada con una cruz. “**Es un señalamiento**” dijo uno. El pilar es, “**señalamiento**” del camino, indicador de la dirección correcta, que nos permite orientarnos y no perder así nuestro rumbo. Para cumplir bien su función, estos pilares o **señalamientos**, deben estar puestos en un lugar bien visible y tener un tamaño suficiente como para poder ser vistos, si son muy pequeños o están escondidos se corre el riesgo de pasarlos por alto y no cumplirían así su fin. El pilar orienta, y por ello la *importancia del lugar* donde se lo coloque *y del tamaño o medidas* del mismo.

Que nos señalen la razón verdadera por la que estamos en la vida, cual será nuestro destino definitivo, pero que también ahora nos sirvan para pedirle a Jesús y al Espíritu Santo criterios para obrar, decisiones que tomar, para discernir que es lo que El quiere de nosotros en tal o cual situación. Por lo tanto, que nuestra acción esté iluminada por la Fe, una Fe que comienza a ponerse en práctica en la oración hecha vida.

### **La oración de Jesús**

San Marcos nos ha dejado el horario de un día de la vida del Señor. Es el horario apretado de un día de tantos, y nos dice: «A la mañana, mucho antes de amanecer, se levantó, salió y se fue a un lugar desierto y allí oraba» Sabemos que el Señor hacía oración. A veces larga. Buscaba la tranquilidad del monte y se pasaba horas «a solas» con su Padre Celestial. Incluso la noche entera, cuando tiene que escoger a los Apóstoles. Otras veces rodeado de

gente que espera el milagro para creer. Oración larga e intensa en el Huerto. Oración costosa en la Cruz. Hay muchos ratos de oración en la vida de Jesucristo.

Es más: recomienda la oración a sus Apóstoles. Unas veces sirviéndose de parábolas: «Les dijo una parábola para mostrar que es preciso orar en todo tiempo y no desfallecer, diciendo: Había en una ciudad ... ». Otras veces con apremiante exhortación: “Orad para que no entréis en tentación... levantaos y orad». Otras, presentándoles la eficacia de la oración: «Pedid y se os dará... si vosotros, siendo malos, sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, ¡cuánto más vuestro Padre, que está en los cielos, dará cosas buenas a quien se las pide».

El mismo Señor enseñó una oración a los Apóstoles: el Padrenuestro y les indicó la manera cómo debían orar: «Cuando oréis no seáis como los hipócritas que gustan de orar de pie en las sinagogas y en las plazas... tú, cuando ores, entra en tu cámara y, cerrada la puerta, ora a tu Padre que está en lo secreto... y orando no seáis habladores como los gentiles... porque vuestro Padre conoce las cosas que necesitan antes de que pidáis»

Por eso, si Jesús, siendo Dios hecho hombre, oraba y si El es nuestro Maestro a veces habrá que madrugar, como El, organizarse para encontrar el tiempo bueno. No hacer caso de las eternas excusas: «No tengo tiempo, no sé, no saco nada, no me escuchan, etc.». Cuando estamos plenamente convencidos de la necesidad de algo o de Alguien, o bien cuando lo deseamos de verdad, sacamos tiempo para ello. Para un cristiano Dios siempre es Alguien importante y del cual no se puede prescindir, si no se quiere desvirtuar la vida y dejarla estéril para siempre. Sin respirar no se puede vivir, Sin orar no se puede ser santo.

Trataremos de precisar en que consiste cada uno de estos pilares de nuestra vida interior.

# 1

## **PRIMER PILAR:** LA LECTURA de la PALABRA DE DIOS



**F**ue San Jerónimo quién tradujo la Biblia por primera vez del griego al Latín para eso se retiro a una cueva que estaba junto al pesebre de Belén. Cuanta el santo que una noche tuvo un sueño, se vio ya muerto junto al trono de Dios, y estaba por comenzar su juicio. Un ángel le pregunta con voz potente: Quién eres? Y Jerónimo responde golpeándose el pecho “Soy cristiano”. No es verdad, responde el Ángel eres Ciceroniano (Cicerón era un escritor pagano a quién Jerónimo admiraba mucho, al dejar Roma había dejado todo lo que tenía, solo había llevado a su retiro la Biblia y 3 libros de Cicerón). Y así 3 veces se repite la escena . Jerónimo se daba cuenta de que

su juicio no iba bien, y entre miedos y angustias despertó. Inmediatamente tomo los libros de Cicerón y los quemó. De allí que el santo pudo decirnos: Desconocer las Sagradas Escrituras es desconocer a Cristo.

Es por eso San Pablo le recordaba ya viejo a su discípulos Timoteo *“Recuerda que desde la niñez conoces las Sagradas Escrituras: Ellas te dan sabiduría que conduce a la salvación, mediante la fe en Cristo Jesús. Toda escritura es inspirada por Dios y es útil para enseñar y para argumentar, para corregir y para educar en la justicia, a fin de que el hombre de Dios sea perfecto y esté preparado para hacer el bien.”* (2 Tim. 3, 15-16)

Es que la Palabra de Dios es viva y eficaz, poderosa como espada de doble filo. Cuando Jesús habla suceden cosas prodigiosas el paralítico camina el mar se calma, la higuera se secan los ciegos ver. Hoy también ante la Palabra de Dios el pan es el en Cuerpo de Cristo , se perdonan los pecados. No regresa a Dios sin producir efecto.

### **Para ser leída, para ser comida**

El libro del Apocalipsis nos trae un relato llamativo San Juan ve en la mano de Dios un libro sellado con 7 sellos, nadie podía abrirlo, solo Jesús que es la Palabra del Padre es digno de abrirlo. Después de una serie de visiones la invita a comer este libro: “será amargo en tu estómago, pero en la boca será dulce como miel.” Así es la Palabra, es dulce porque nos consuela, llena de gozo, enseña y enardece, pero también es amarga pone en evidencia nuestro propuso pecado. Pero para eso debemos “comerla” o sea hacerla por la oración Palabra rumiada, conocida, meditada no solo leída como quien lee un libro cualquiera: es la PALABRA DE DIOS!!

Por eso este es el primer pilar: “Desconocer la Escritura es desconocer a Cristo”

De allí la veneración que los cristianos tenemos de las Sagradas Escrituras, habrás visto como el la Misa es besada por el sacerdote. Como debemos

cuidarla, tenerla bien forrada, en un lugar digno, leerla con dignidad y respeto y porqué no también besarla nosotros al terminar de proclamarla.

Por eso si quieres, como dice Pablo, «preciarnos de conocer a Cristo», hasta llegar «al sublime conocimiento de Jesús, mi Señor, por cuyo amor todo lo sacrificué, debes leer a menudo la Palabra de Dios y en especial el Evangelio, pues Dios, «aunque habló a nuestros Padres de muchas maneras, últimamente en estos días nos habló por su Hijo», y la doctrina de Cristo está en el Evangelio y en los otros libros sagrados. Su lectura reposada y serena, te lo hará familiar y, a través de los años, te llevará a profundizar en la doctrina revelada, a descubrir los detalles que en las diez primeras lecturas pasamos por alto, a ver en su nitidez maravillosa la figura de Cristo, Dios y Hombre. Otro paso más y llegará el enamorarse del Señor y con el amor entenderle mejor. «¿No me entiendes? Si me amaras me entenderías», se ha escrito. Nacerá el trato personal convertido en oración y empezando por ser imitadores de Cristo, como Pablo, a revestirnos de Él, a sentirnos miembros suyos y llegaremos, finalmente, a exclamar maravillados como el Apóstol: «No yo, es Cristo quien vive en mí». Consecuencia de esta plenitud de vida divina serán las ganas de acercar almas a Dios. Evangelio y apostolado es un binomio fundamental en la vida de todo cristiano. Ojalá fuera tal tu composición y tu conversación que todos pudieran decir al verte o al oírte hablar: éste lee la vida de Jesucristo

El Evangelio es nuestro libro: de ningún otro se puede decir con más propiedad. En él se nos cuenta la intimidad de Dios. Se recomienda insistentemente a todos los fieles la lectura asidua de la Sagrada Escritura para que adquieran la ciencia suprema de Jesucristo.

Por eso para comenzar a leer la Palabra de Dios te sugiero comenzar haciendo una lectura meditada del Santo Evangelio. Durante el día tomes un tiempo (entre 10 o 15 minutos) para leer luego de ponerte en la presencia del Señor, tratando de descubrir aquello que hoy te quiere enseñar, sacando de

ella las promesas, enseñanzas y exigencias que encuentres, anotando en un cuaderno las frases que resuenen mas en tu corazón.

Esta lectura es el primer paso, que debe llevarte a lo que propiamente llamamos “meditación”

### **La meditación:**

¿Que es la meditación?: *“No es otra cosa que oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama.”* (S.Teresa de Jesús.)

Esta oración tan importante y querida por todos los amigos de Dios los que queremos serlo, consiste en un diálogo con El a partir de un texto de Evangelio, preferentemente (Algunas veces se puede utilizar otro texto)

Este modo de oración no es ni mas ni menos que un encuentro con El a partir de un texto de Evangelio llamado también por los Monjes “Leccio Divina” en tres momentos, cada uno de los cuales responde a estas tres preguntas:

- que dice el Señor en esta Palabra
- que me dice el Señor a traves la Palabra
- que le respondo yo al Señor

### **No hablar solo:**

Dicen que los locos hablan solos, pero creo que a veces sin ser locos hablamos solos, cuando oramos sin tener la mínima sensación de estas junto con “alguien que nos ama” al decir de Santa Teresa, por eso lo primero que hay que hacer si quieres orar en serio o sea hablar con Dios es ponerse en su presencia.

Esto es tomar conciencia de lo que vamos a realizar, de frente a Quién estamos, de ponernos en la “frecuencia” correcta, de “sintonizar” nuestro corazón con el de Jesús, de aquietar nuestra alma y entrar con ánimo en la

oración, es muy importante estar en la presencia y que muchas veces de ello depende el resto de la oración, por ello la importancia de todas aquellas cosas que nos ayuden y favorezcan a entrar en clima de oración. Es el momento de invocar al Espíritu Santo, sin el cual es imposible rezar, pidiéndole la gracia de hacer un buen rato de oración.

Otra buena recomendación para orar mejor es que la noche anterior leas Evangelio vas a meditar al día siguiente, así durante la noche todo esta va trabajando en tu corazón y ademas ya sabes con lo que se va a encontrar y te será más fácil la tarea.

### **¿Qué dice?**

En Presencia del amigo, con quién tendrás un rato de conversación lee el Evangelio del día y una vez leído te preguntas ¿Qué dice el Evangelio? tratando de ser lo más objetivos posibles, para ello leo el texto dos o tres veces, me detengo en cada palabra, imagino la escena, trata de ver cual es el mensaje que transmite Jesús. ¿Qué dice para todos?

Cuando ya se ha visto con claridad el mensaje es el momento de preguntarte:

### **¿Que me dice a mí Jesús?**

Es el momento de ver qué es lo que Jesús quiere que yo revise, cambie, trabaje, comprenda, me convierta, es el momento de escucharlo a El, de observarlo, de entrar yo en la esena, de meterme y convertirme yo en un actor de ese momento, de ver mi vida junto con Jesús y de disponerme al la conversión, al cambio. Esto se debe realizar en un diálogo con Jesús, en contemplación y en análisis.

Tal vez al principio predomine en nosotros el aspecto mas bien racional y analítico, tratando de no distraernos, de concentrarnos, etc. pero con el crecimiento espiritual esto se contrapesará con una actitud más contemplativa y

mística donde predomine el diálogo con Jesús, este es un camino para toda la vida.

Visto lo que Señor te ha querido mostrar, surge sola la petición, momento de pedir a El que nos de la gracia de alcanzar lo que hemos visto. Es el momento del “sin mi nada pueden hacer”. de gritarle como el ciego “si quieres puedes curarme”. La pregunta sería “¿qué le digo?”. Además de pedir, dar gracias, adorar, pedir perdón...habla tu.

### **Propósitos?**

¿Es necesario hacer siempre un propósito luego de cada meditación? Es importante hacer propósitos concretos, posibles y que se puedan cumplir hoy, estas son las tres características de un propósito realista y sincero, pero también proponerse dos o tres cosas especialmente y durante un tiempo más o menos prolongado trabajar en eso sin dispersarse, pero también sin cerrarse a lo que el Señor nos quiera mostrar.

Si te sirve esta regla para nuestros “frágiles” propósitos: como, cuando, donde?

### **La lectura espiritual:**

Corría el año 1521. Ignacio de Loyola había caído herido en un pierna defendiendo la ciudadela de Pamplona contra la invasión francesa. Durante las largas horas de recuperación en el hospital, Ignacio leía. Su vida, antes un tanto libre, fue cambiando al compás de las páginas de la Vida de Cristo, de Ludolfo de Sajonia, y de la vida de los santos. «La lectura ha hecho muchos santos»

Esta modalidad del primer pilar consiste en la lectura de corrido de un texto de la Sagrada Escritura que no sean los evangelios bien del Antiguo Testamento o de las cartas, es para familiarizarnos con lo que Dios nos ha transmitido a través de su Palabra. No podemos olvidar además de la Sa-

grada Escritua la lectura de algún libro espiritual. En nuestra vida interior entra un elemento intelectual: las ideas. Corazón y cabeza, en su entrega total a Dios, tienen que andar a la par; de aquí que la lectura como fuente de enriquecimiento intelectual, sea indispensable. San Francisco de Sales escribía: «Si la oración es la llama de la lámpara del santuario, la lectura espiritual es el aceite de que se alimenta». El simple hecho de dedicar cada día unos minutos a la lectura representa al cabo del año un caudal nada despreciable de formación ascética y mística.

Como el río «que canta siempre la misma estrofa pero con distinta agua», así, con la lectura diaria de libros espirituales buenos, tendremos la misma doctrina, pero con formas nuevas, con mayor profundidad y solidez, con el calor de la vida. La lectura es una norma que enriquece la cabeza y mueve el corazón, y los dos, cabeza y corazón, al servicio de Dios.

Las vidas de santos son muy aconsejables para animarnos y entusiasmarlos “si ellos pudieron, por qué yo no” se preguntaba Ignacio, quién luego fue San Ignacio de Loyola, al leer la vida de los santos y la vida de Cristo.

# 2

## **SEGUNDO PILAR:** EL AMOR a LA EUCARISTÍA



**L**a Eucaristía es el Sol de nuestra vida que todo lo ilumina. Un día, un misionero, descubre que un aborígen todos los días antes de ir a sus trabajos se queda adorando largo rato frente al Sagrario de la capilla de la Misión, al preguntarle con interés “que estás haciendo allí de rodillas?” “Me caliento al sol”, respondió el aborígen

“Yo soy el Pan de Vida, el que viene a mí no tendrá hambre” “Si no comen la carne del hijo del hombre y no beben su sangre.

Todos creemos en la presencia del Señor Jesús en la Eucaristía, presencia que la Teología llama: verdadera, real, sustancial en cuerpo, sangre, alma y

Divinidad. Presencia porque El está. Jesús está en nuestros Sagrarios de día de noche. Hay alguien, alguien vivo y no solo algo. Es verdadera presencia así lo ha prometido El “Yo estare con Ustedes hasta el fin del mundo” y es real, con la realidad que tiene su cuerpo, sangre, alma y divinidad "nihil hoc verbo veritatis verius", “no hay verdad mas verdadera”.

La Teología añade algo mas es una presencia sustancial, no accidental Pero no basta con definir teologicamente esta verdad , hay que creerla, debe pasar de la mente al corazón , debe convertirse en algo mas que una idea, debe ser una especie de percepción o sentimiento de la realidad de la fe.

Cuando Jesús luego de su resurrección se aparecía como por ejemplo a María Magdalena, ella al principio no se da cuenta, habla con el y llora esta triste hasta que Jesús dice su nombre...María y Maria ve a Jesus, descubre, un velo cae de sus ojos...y el mundo esta diferente, ahora no llora mas sino que corre, esta llena de fuerza y es capaz de sacudir a los dicipulos llevarlos a fe en la resurreccion. En otra ocasión pescaban luego de pascua y Jesus aparece en la orilla. Estaban tristes cuando uno de ellos reconoce a Jesús Es el Señor...y todos se echan al agua. Algo parecido ocurre en nuestra vida, una voz dentro de nosotros grita...Es el Señor . Apartir de ese dia nuestra percepcion de la eucaristía seria diferente, porque tendríamos un sentimiento vivo de la presencia de Jesus y un cristiano que siente así que cree verdaderamente de corazón en la presencia de Jesus es un cristiano que ya esta fuera de toda crisis y si la hay la superara porque hay algo en su vida.

La Eucaristía es la presencia continua de Jesús entre nosotros “hasta el fin del mundo”, se quejaba con Jesus un hombre de que estaba solo en la vida y Jesús le dijo: ¿estás solo? y yo que soy.

No es verdad que estemos solos, esta la compañía de Jesús, que clase de amigo, de Señor, de maestro y es es capaz de llenar nuestro corazon. Está con toda su alma, cuerpo, sangre y divinidad, como Dios y como hombre, vivo y actuante, en el sacramento de la Eucaristía. Allí está todo Jesús,

con una presencia que supera en perfección a las demás, su presencia en la Eucaristía tiene razón de ser para que nosotros, “*adorándolo y recibéndolo*”, tengamos la fuerza necesaria para poder reconocerlo y ayudarlo en el pobre y necesitado, en el enfermo y preso, en el compañero de trabajo, de colegio, de la facultad, en mis padres, amigos, amigas, para tener la fuerza espiritual y poder vivir su Palabra y ser miembros sanos de la Iglesia: Todos estos son los frutos y signos de que nuestro amor a Jesús en la Eucaristía es real. Jesús se ha quedado en la Eucaristía para entrar en nosotros y transformarnos en Él, y el camino hacia nuestro corazón es la adoración y la comunión.

Por eso, este segundo pilar es tan importante, es un contacto directo con Jesús que quiso quedarse especialmente con nosotros. Santo Tomas de Aquino, uno de los grandes adoradores de Jesús Sacramentado dice que para ser amigo de alguien hay un solo camino TRATARLO, por todo este pilar es tan necesario para ser amigo de Jesús. Estas son algunas de las formas de fomentar este trato personal:

### **La visita al Santísimo Sacramento:**

Visitar a un amigo siempre será una muestra de amistad y cariño, y si nos ha hecho algún favor, será una prueba de gratitud y un deber de buena educación. Visitar al Amigo por excelencia «es -lo dice Pablo VI - una prueba de gratitud, signo de amor y deber de adoración a Cristo Nuestro Señor allí presente».

Recordemos algunos pensamientos de la Encíclica *Mysterium fidei*:- «Mientras la Eucaristía es reservada en las iglesias u oratorias, Cristo es verdaderamente el Emmanuel, es decir, Dios con nosotros». «No hay otra nación que tenga Dios tan cercano a nosotros, como nuestro Dios». Esta proximidad nos da una «dignidad incomparable»: «ordena las costumbres, alimenta las virtudes, consuela a los afligidos, fortalece a los débiles». Todo

esto bien merece un «gracias». Cristo podía no haberse quedado en el Sagrario; se ha quedado no por necesidad suya, sino nuestra: sabía que le necesitaríamos. Son los ingeniosos caprichos del amor: «Estaré con vosotros hasta el fin de los tiempos».

La vida del cristiano gira en torno a Cristo, de tal manera que Él es, «el centro espiritual de la comunidad religiosa y parroquial, más aún, de la Iglesia universal y de toda la humanidad», y lo es, al mismo tiempo, de todos nuestros afectos y aspiraciones, «centro de todos los corazones». ¡Qué maravilla, entonces, si hemos terminado, al caer la tarde, con una Visita al Santísimo!

«Es un deber de adoración». «También en la reserva eucarística debe ser adorado, porque allí está sustancialmente presente por aquella conversión del pan y del vino, que, según el Concilio de Trento, se llama apropiadamente Transubstanciación».

Si sólo hubiera un Sagrario en el mundo, nos sentiríamos felices de poder acudir alguna vez en la vida a adorarle allí. Dios lo hecho más fácil, más sencillo y al alcance de todos y, entonces... Los que acuden «disfrutan de su trato íntimo, le abren el corazón pidiendo por sí mismos y por todos los suyos, y ruegan por la paz y la salvación del mundo».

Sólo entenderemos algo del porqué de la Eucaristía, si nos colocamos en el terreno de los enamorados *“el Corazón le habla al corazón”*. Casi sin palabras: la presencia y la mirada lo dicen todo. «Me mira y le miro», decía al Cura de Ars un anciano de su parroquia. Allí, sin darnos cuenta, somos contemplativos. Sé que «está». Estoy realmente delante de Dios.

Sabemos todos por experiencia que es visitar a otro. Pasaba y vine a visitarte...esas serían las palabras para decirle a Jesús cuando pasamos aunque no sea más que un minuto, hacemos una genuflexión al pasar delante del Sagrario y continuamos nuestro camino.

Tenia ganas de conversar un rato, por eso vine...cuando pasamos a hacerle una visita al Amigo, cuando uno se toma un rato para tener una charla íntima. Es un momento donde uno puede volcar su corazón sobre el del Amigo, donde se lo escucha, donde le pedimos por nuestros seres queridos, por aquellos a los que quisiéramos acercar a Él.

En la visita al Santísimo debes hacer la “comunión espiritual”, diciéndole a Jesús que quieres recibirlo en la fe y en el amor. Haciendo un profundo acto de unión de amor entre Él y tú y así que su presencia se haga intensa y amorosa, más consiente en nosotros, generalmente **es bueno comenzar así nuestra visita** para poder entrar rápidamente en unión con Jesús que nos mira y escucha desde el sagrario, que conoce nuestros pensamientos, dolores, alegrías y deseos, que nos está esperando en cada sagrario, ¡para eso se quedó en la Eucaristía!

Era el año 1510. El Papa Julio II, en su afán por restaurar los edificios del Vaticano, había encargado a uno de sus arquitectos los planos de un palacio. Como el arquitecto se retrasara, el Papa se mostraba un tanto molesto. Cuando, por fin, fue a presentarle los planos, el arquitecto se llevó a su hijo de siete años y al llegar a la puerta del despacho pontificio, dio los planos al niño y lo introdujo en la estancia, mientras él se quedaba fuera. El Papa, sorprendido, comprendió enseguida la maniobra. Examinó los planos y quedó satisfecho del trabajo bien hecho, y, como quería recompensar al niño, le dijo: ¿Ves aquel jarrón? En él hay monedas. Mete la mano y coge en un puñado todas las que puedas. El niño rehusaba. El Papa insistía. -¿Porqué no quieres meter la mano? -Métala Usted . que tiene la mano más grande y cogerá más. El Papa rió, satisfecho; metió la mano y de un solo puñado llenó las dos del pequeño.

Como Julio II necesitas tener grandes las manos para ayudar a los demás. La Visita al Santísimo es también momento para acordarte de los demás, de sus necesidades, de sus ilusiones, de sus almas y de sus afanes.

Cristo hacía su oración por la tarde, Lo cuenta San Mateo. Después de haber predicado, multiplicado y distribuido los panes y los peces para cinco mil hombres, los despidió y «se retiró al monte solo para orar»

La visita al Santísimo es apostólica. Es la hora del apóstol que encomienda las obras de sus manos y pide almas para la viña del Señor. «Los obreros son pocos y la mies es mucha. Rogad al Dueño de la mies que envíe obreros a sus campos»<sup>33</sup>. Ser apóstol es un deseo que Cristo siembra en los corazones limpios. Es el fulgor de tu luz. Es el sabor de tu sal. Es la locura santa de querer amar a Dios por encima de todo y desear que los otros le amen así. Es avivar el fuego que Cristo vino a traer a la tierra. Soplar en la misma dirección que Cristo, para encender el amor de Dios en las almas. La Visita es la hora de los planes apostólicos, que antes de ser realidad son oración callada y fecunda. Esa oración, como el incienso, sube «hacia el Dios de mi vida».

### **La Santa Misa:**

«Quebrantar a sabiendas un Mandamiento de la Iglesia en materia grave es pecado mortal» Esto nos lleva a pensar que oír la Santa Misa debe ser algo vital para un cristiano.

Sabemos que la Misa del Domingo es un precepto de la Iglesia y que por lo tanto todo cristiano debe vivirlo, pero no como una obligación solamente. Es verdad que en cierta manera la Iglesia nos “obliga” a asistir los domingos a la Misa, pero el acento no debe estar puesto en la obligación, sino en preguntarnos ¿por qué?, ya que la Iglesia, que en estas cuestiones es la voz de Jesús, utiliza estas leyes no como un fin en sí mismas, no es la obligación por la obligación misma y sin sentido, sino que siempre las leyes de la Iglesia tienen la función de “proteger” y de dar aquellos bienes que Él mismo nos ha dejado, siendo la Misa el más importante y vital, ya que en ella, como decíamos al principio, se reactiva el acto salvador de Jesús: su muerte y resurrección.

ción por nosotros para el perdón de nuestros pecados. Ningún otro tipo de oración tiene la fuerza y la gracia que tiene la Misa, nada se le iguala ni se le acerca, su valor es infinito.

Pero como la Iglesia es madre, y como tal conoce la debilidad y fragilidad de sus hijos, que a veces por pereza, por ignorancia, o por otras causas que cada uno sabe, desconocen la importancia vital de la Santa Misa, ella, *asi como una madre obliga, por amor, a tomar un remedio para la salud de su hijito*, del mismo modo nuestra Madre Iglesia nos muestra la importancia de tomar este remedio único, que nos salva de nuestra peor enfermedad, a través de un precepto.

El Papa Pablo VI, el 22 de agosto de 1973, escribía: «Más que nunca, conserva su gravedad y su importancia fundamental, la observancia del precepto festivo. La Iglesia ha concedido facilidades para hacer posible dicha observancia. Quien tiene conciencia del contenido y de la funcionalidad de este precepto debería considerarlo no solamente un deber primario, sino también un derecho, una necesidad, un honor, una suerte a la cual un creyente vivo e inteligente no puede renunciar sin motivos graves».

¿Qué es la Santa Misa? Es la renovación del sacrificio del Calvario, pero de manera incruenta. «Entre el sacrificio de la Misa y el de la Cruz hay esta diferencia y relación: que en la Cruz, Jesucristo se ofreció derramando su sangre y mereciendo por nosotros, mientras que en nuestros altares se sacrifica Él mismo sin derramamiento de sangre y nos aplica los frutos de su pasión y muerte». Sin los méritos de Cristo no me puedo salvar, ni santificar el trabajo, ni dar a Dios la gloria debida, ni hacer apostolado. Necesito de la Misa, porque «la obra de nuestra redención se efectúa cuantas veces se celebra en el altar el sacrificio de la Cruz»

¿Por qué voy a Misa? La Santa Misa «es el sacrificio del Cuerpo y Sangre de Jesucristo» y en ella tenemos los fines propios de todo sacrificio. Fin latreúutico o de adoración a Dios Padre; eucarístico o de acción de gracias por

la redención y los beneficios recibidos: propiciatorio o de reparación por los pecados cometidos, e impetratorio o de petición por las necesidades que tenemos. Si pensamos un poco en nosotros mismos vemos la obligación y la necesidad que tenemos de estos fines. Sin ellos nuestra vida resulta pequeña y carente de sentido, a la vez que nos abruma el peso de nuestros pecados y de nuestras necesidades. Es más: si sentimos el deber del apostolado y sabemos que todo esfuerzo para acercar las almas a Dios sería vano sin la gracia «sin Mí nada podéis hacer» 11-, nos convencemos plenamente de la necesidad de la Santa Misa para hacer apostolado. «Una característica muy importante del varón apostólico es amar la Misa». La Misa vincula al sacerdote y a los fieles a la más sublime de las empresas: redimir el mundo. No por la mejora directa de las estructuras, que esto es secundario, sino por la conversión del corazón humano. Por eso «la Misa ha de ser el centro de toda la vida de la comunidad cristiana» 17. ¿No sientes deseos de ser santo y de ayudar a los demás a serlo ?

¿Cómo vivir la Misa? La primera condición es asistir. No llegar corriendo, sino que llegar unos minutos antes, no somos máquinas y nos cuesta mucho pasar de una situación a otra, serenarnos y ponernos en clima. Es excelente el llegar unos minutos antes y ponerse en la presencia de Dios, prepararse para lo que vamos a realizar y pedir una *buena disposición* para recibir a Jesús: “*Si la tierra está bien preparada, la lluvia puede entrar más fácilmente en sus entrañas y hacerla más fecunda*”.

Tampoco dejarla para lo último en especial los días domingos, lo mejor para el mejor, si llego cansado, agotado después de mil actividades, será difícil sacar fruto.

La postura digna, la respuesta correcta, la mente despierta, el corazón enamorado y la voluntad decidida. Vamos a aprender, a adorar y a recibir. Para esto ayuda el estar cerca del altar y no quedarnos en el fondo, ya que la gente que llega tarde y todo el movimiento de la puerta nos distrae.

Estar atento a las palabras del sacerdote, ya que todas las misas tienen oraciones especiales, a los colores que indican el momento que estamos viviendo, las lecturas de la Sagrada Escritura, y a todos aquellos signos que en la Misa se hacen presentes y que tienen un mensaje para quién está participando. Aprender en la Liturgia de la Palabra con las lecturas sagradas y la homilía, proclamando nuestra fe y orando por todos; adorar en el sacrificio de Cristo, realmente presente por la Transubstanciación del pan y del vino en el Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad de Jesucristo; recibir a Cristo mismo en la Comunión «que es la participación más perfecta» de la Santa Misa.

Al ponernos en la fila para comulgar detente un momento en lo grande y santo, en lo impresionante de lo que se va a producir: Jesús está presente. Cuando el sacerdote pronuncia las palabras consagradorias, el pan y el vino dejan de ser lo que hace un instante eran, para convertirse en cuerpo y sangre de Jesús, el Señor se hace presente en el altar para luego hacerse presente en nuestro corazón. ¡Jesús entrará en ti! y luego de comulgar entra en un diálogo silencioso con nuestro “Huésped y Amigo”:

Después de la acción de gracias personal durante el silencio sagrado y una vez acabada la Misa, «se advierte también a los fieles qué, después del banquete eucarístico, no descuiden una sincera y oportuna acción de gracias correspondiente a la capacidad, estado y ocupaciones de cada uno» ".  
*“Después de comulgar, tienen pues allí al Señor, procuren cerrar los ojos del cuerpo y abrir los del alma para mirar el corazón.”* (S. Teresa de Jesús.)

Para quién desee avanzado en la vida espiritual no se limita solo a la Misa del domingo, en Misa entre la semana y hasta diaria, es el centro y cúlmen de nuestro día, donde ofrecemos todo lo que somos y hemos hecho. Junto con el cuerpo y la sangre de Jesús, ofrecemos al Padre todo lo que somos y le pedimos por todos aquellos que necesitan nuestra oración.

## **Estar Orientado**

En el pasado las iglesias estaban orientadas... costumbre europea el altar estaba hacia oriente porque allí estaba Jerusalem. Todo templo vivo debe ser orientado, vuelto hacia Jesus, hacia el misterio eucaristico. Todo lo que hagamos debe ser de algún modo consultado, compartido, purificado en Cristo. Nuestro corazón debe ser vuelto hacia el tabernaculo. porque allí esta el sol. De allí la necesidad de pasar por él. De tener tiempo para dilucidar nuestra primera y mas importante actividad en la tarde. De aprender, escuchar, compartir.

Somos los beneficiarios del tesoro mas grande del mundo .Cuando la presencia real de Jesus se vuelve viva, experimental todos se dan cuenta inmediatamente que algo paso en la vida de esta persona , cómo hace genuflexión, cómo ora, como visita, como saluda.

# 3

## TERCER PILAR: EL AMOR A NUESTRA SEÑORA



“

Mujer, aquí tienes a tu hijo,... *aquí tienes a tu madre.*” (Jn. 19, 26-27)

El amor a María es una de las claves para la perseverancia. Ella nos enseña la infancia espiritual, que consiste en confiarse absolutamente en nuestro Padre: “Feliz de ti por haber creído lo que te fue anunciado de parte del Señor”. María nos enseña esta confianza porque ella misma la tuvo, ella se reconoció como una niña pequeña en brazos de su Padre Dios y se confió en sus palabras. Ella es nuestra Señora, ya que conduce nuestros corazones hacia su hijo Jesús. La Virgen nos lleva a Jesús. Eso es muy importante,

porque la devoción a la Virgen es esencial a la vida cristiana. «No puede haber vida cristiana plena, si no es Mariana», escribió el obispo de Vich Dr. Ramón Masnou.

Se llama a María *“la omnipotencia suplicante”*, es decir: todo lo ella pide Dios se lo concede. En los momentos de peligro y miedo hasta en el hombre ya mayor es común el recuerdo de su madre, es un instinto arraigado en lo más profundo, para el cristiano María también es aquella a la que recurrimos en todo momento, la que nos protege, sostiene y recuerda que tenemos un Padre que no nos abandona. Ella, “la Purísima”, sostiene nuestra pureza, tengamos la edad que tengamos y en cualquier situación que nos encontremos. Nos enseña a amar con un corazón puro y a guardar en nuestro corazón cada una de las palabras y actitudes que Jesús tiene para con nosotros: las que entendemos y las que no, ya que ella también así lo hizo: *“su madre guardaba todas estas cosas en su corazón.”* (Lc.2, 19). Y finalmente nos enseña a ser fieles a lo que Jesús nos pide: *“hagan todo lo que El les diga”* (Jn. 2, 5), y si así lo hacemos, nuestra *“aguada vida”* se convertirá en *“el mejor vino”*.

San Luis María Guíñon de Monfort dice que hay una sola enemistad querida y bendicida por Dios, es la enemistad entre María y la antigua serpiente, comenzada ya en los inicios de la humanidad según nos cuenta el libro del Génesis “pondré enemistad entre ti –el demonio- y la mujer –María-, entre su descendencia y la tuya, ella te aplastará la cabeza”. De allí que los que son de María saben que junto a ella, junto a la Madre, el demonio no se acerca, Ella le aplasta la cabeza.

### **Como somos de María?**

Las tres “Ave María” de la noche: antigua promesa, cuyo origen es remotísimo, promesa de la Madre a quién cada noche la llame junto a sí “ahora y en

la hora de la muerte”, promesa para pedirle la pureza del cuerpo y del alma y por nuestra perseverancia en la fe.

La visita a alguna imagen de la Virgen: En famosa la historia de la conversión del poeta Paul Claudel, una tarde mirando la imagen de Nuestra Señora de Paria “Notre Dame”, el poeta le dice “vine solo para mirarte y para sabes que estás”.

Lo mismo estamos invitados a hacer, ir para mirarla, como los niños que ante el temor, el dolor, o la gran alegría salen corriendo a mirar a la Madre, solo quieren saber que está. Mirarla y tocarla con cariño de hijo. Contaba el secretario del Papa Pablo VI, que junto al cuarto del Papa había una imagen de la Virgen sobre un paño de terciopelo, junto al pie de la imagen el terciopelo estaba gastado porque el Papa, cada vez que pasaba con cariño de hijo tocaba el pie de la Madre

### **La oración del Ángel:**

¿Has contemplado alguna vez el cuadro de Millet, «El Angelus»? Un hombre y una mujer a pleno día, en su trabajo, con su cesta y su carretilla en medio del campo. Del campanario lejano llega «un armonioso sonido de campana»: es la hora del Ángelus. Él se descubre; ella inclina la cabeza; los dos rezan a la Virgen con las conocidas palabras del Evangelio.

En la Plaza de San Pedro de Roma, al mediodía, aparece el Santo Padre para rezar con los cristianos que acuden allí. Es la hora del Ángelus. En tu trabajo de cada día, en el taller, en la clase, en el despacho, en la calle, llega siempre la hora del Ángelus. Son «esos momentos característicos de la jornada mediodía, que señalan los tiempos de su actividad y constituyen una invitación a hacer un alto para orar». Pablo VI nos dice: «Nuestra palabra sobre el Angelus quiere ser solamente una simple pero viva exhortación a mantener su rezo acostumbrado donde y cuando sea posible». Es una

oración sencilla que «a distancia de siglos conserva inalterable su valor e intacto su frescor»

¿Has leído la historia del primer Ángelus que se oyó en la tierra? Lo cuentan San Lucas y San Juan. «Fue enviado al Ángel Gabriel de parte de Dios a una ciudad de Galilea llamada Nazaret, a una virgen, desposada con un varón de nombre José, de la casa de David; el nombre de la virgen era María. Y entrando a ella le dijo: Dios te salve, llena de gracia, el Señor es contigo. Y ella se turbó al oír estas palabras y discurría qué podría significar aquella salutación. El Ángel le dijo: No temas, María, porque has hallado gracia delante de Dios y concebirás en tu seno y darás a luz un hijo a quien pondrás por nombre Jesús... Y dijo María: He aquí la esclava del Señor, hágase en mí según tu palabra» «Y el Verbo se hizo carne, y habitó entre nosotros»

A la hora del Ángelus acudimos a la cita con la Virgen, y esa hora bendita de las doce que va dando la vuelta al mundo, es la antorcha encendida que todos vamos llevando, como los cristianos, aquella noche de Éfeso, después que los Padres Conciliares definieran la Maternidad divina de la Virgen.

Es la oración de los grandes personajes: El Espíritu Santo, Jesucristo, la Virgen, el Arcángel Gabriel. Después «nosotros», los que rogamos y aspiramos a «la gloria de la resurrección». Se nos hace familiar la devoción al Espíritu Santo, a nuestra Madre Santa María y a los Ángeles Custodios. Durante el tiempo pascual se reza el «Regina caeli». Es un canto de alegría por la resurrección de Jesucristo.

La voz Aleluya se va repitiendo mientras recordamos a la Virgen la Encarnación y el triunfo esplendoroso de la Resurrección: «Aquel que mereciste llevar en tu seno, ha resucitado tal como dijo». La petición final es nuestro deseo de llegar «al gozo de la vida eterna». Son como un oasis espiritual en el curso de la jornada, para tomar valor y confianza»".

## **El rezo del Rosario:**

Porque así es el Rosario: contemplar las escenas de nuestros seres queridos, Jesucristo, la Virgen, los Ángeles, y hacer el «comentario» en un diálogo de alabanzas y peticiones.

La vida corriente de los cristianos es un conjunto de alegrías y de penas, y de esperanzas de otros días mejores. Son los misterios de gozo, de dolor y de gloria. Todos estamos llamados a ser santos y por eso son santificables todas las circunstancias de nuestra vida; en todas ellas es posible el encuentro misterioso con Cristo y necesaria la presencia de la Madre. También el Señor quiso tener a su Madre para nacer, crecer, vivir y morir. El Rosario es la vida de Jesús contada por la Virgen y contemplada por nosotros. Donde haya un hijo que sepa llamar a su madre, puede haber un cristiano que puede rezar el Rosario. Hay Rosarios de romería caminando a los santuarios de la Virgen, Rosarios familiares, en los atardeceres de los días ordinarios; Rosarios muy pausados en los labios de los enfermos; o muy movidos en los del chófer que conduce; Rosarios disimulados entre el trajín de la calle; Rosarios pequeños en la mente de los niños; Rosarios recios en las manos de los jóvenes; Rosarios bien contestados entre los enamorados; Rosarios amigos en las manos del sacerdote. Todos distintos y todos iguales.

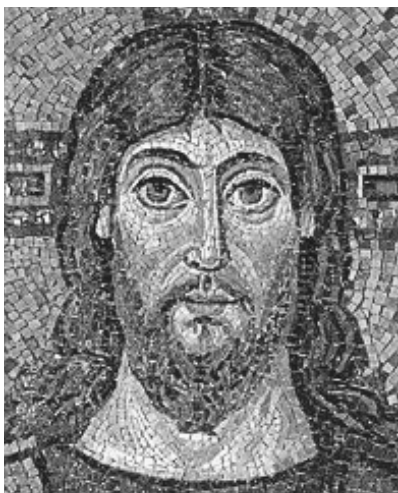
Con el transfondo de las Avemarías pasan ante los ojos del alma los episodios principales de la vida de Jesucristo. El Rosario en su conjunto consta de Misterios gozosos, dolorosos y gloriosos, y nos ponen en comunión vital con Jesucristo, a través -se puede decir - del Corazón de su Madre. Al mismo tiempo, nuestro corazón puede incluir en estas decenas del Rosario todos los hechos que entran en la vida del individuo, la familia, la nación, la Iglesia y la humanidad. Experiencias personales o del prójimo, sobre todo las de las personas más cercanas o que llevamos más en el corazón. De este modo la sencilla plegaria del Rosario sintoniza con el ritmo de la vida humana»".

Ojalá surgiese la hermosa costumbre de rezar el Rosario en familia. - ¿Quieres amar a la Virgen? - Pues, ¡trátala! ¿Cómo? -Rezando bien el Rosario de nuestra Señora»

Es la oración a María por excelencia, y se llama así porque cada “Ave María” es como una rosa que le regalamos a la Virgen. En ella meditamos los misterios de la vida de Jesús y le pedimos a la Virgen que nos proteja “*ahora y en la hora de nuestra muerte*”. Si tal vez el Rosario completo te parece mucho se puede comenzar con una decena hasta llegar al Rosario completo. Se puede acomodar a las circunstancias del día. Algunos encuentran dificultad en esta oración por encontrarla repetitiva, te doy la respuesta que me dio un amigo: “*un enamorado no piensa que ayer y antes de ayer y el día anterior a este, él ya le dijo a su novia que la amaba, no dice “ya se lo he dicho demasiado”, sino por el contrario, no se cansa de hacerlo y encuentra alegría cada vez que se lo dice o tiene posibilidad de demostrárselo*”. El Rosario es una oración del corazón, donde cada “Ave María” es una gota que va penetrando en nuestro corazón transformándolo en el de Jesús, imperceptible pero eficazmente, como todos los detalles que tienen las madres.

# 4

## CUARTO PILAR: COMENZAR Y TERMINAR EL DÍA JUNTO A JESÚS



**S**e trata de un pilar en dos momentos su fin: que todo nuestro día este ofrecido a Jesús: pensamientos, trabajos, estudio, diversiones, descanso, etc. Todo es por Jesús, todo lo hacemos con Jesús y como Él hace las cosas. La oración de la mañana, luego de la primera batalla del día. El día nuevo que empieza es para gastarlo bien. Dios «no pierde batallas y, encontrándonos unidos a Él, nunca seremos vencidos, sino que podremos llamarnos y ser en verdad vencedores: buenos hijos de Dios». Cada mañana tendremos que levantar los brazos como Moisés. Las batallas de nuestro día de hoy necesitan de la oración de la mañana. Para trabajar bien necesitamos las manos y la

cabeza; pero para santificar el trabajo, un Cristiano, además de las manos y de la cabeza, levanta el corazón a Dios. Después, exultamos y nos alegramos, porque desde el amanecer estamos llenos de tu misericordia».

Es la primera oración del día, ni bien te levantas y tomas conciencia, ofreces todo ese día a Jesús. Esto se hace trazando la señal de la cruz sobre:

- Mi frente: Ofreciendo el estudio, los pensamientos, los criterios para actuar, etc.

- Mis ojos: Para que en los ojos de Jesús y vea las cosas como Él las ve, para tener una mirada cristiana de la realidad, de mi trabajo y estudio, de mis diversiones, para ver a Jesús en los demás.

- Mis manos: Para ofrecer todas mis tareas y trabajos del día, y especialmente para que con mi testimonio de vida y mi anuncio pueda “construir el Reino de Dios” allí donde Dios me ha puesto: En la oficina, en la facultad, en el colegio, en mi casa, con mi profesión.

- Mi corazón: Para que Jesús sea el centro, para que toda mi vida gire en torno a El, para que la sangre de Cristo dé vida a todo mi ser, a todo lo que soy y así me transforme en Jesús en medio del mundo.

### **Revisar el día junto a Jesús:**

En los castillos medievales la ronda nocturna al castillo era algo indispensable y eficaz. ¿Se habrá acercado el enemigo?, ¿cómo están las puertas? Hay que poner remedio, si es necesario, y después viene la seguridad y la paz. En el anochecer de cada día, la ronda al propio castillo, es el examen de conciencia, para poner remedio si hace falta, decir un «gracias» sincero... y después, la paz.

Examen de la tarea diaria es la contabilidad que no descuida nunca quien lleva un negocio. ¿Y hay negocio que valga más que el negocio de la vida eterna? Examen para conocerse uno mismo y mejorar. En el dintes del

oráculo de Felfos había escrita una leyenda “conócete a ti mismo” y San Pablo recomienda lo difícil: «Que cada uno examine sus obras»

El examen es una señal de vida interior, porque indica lucha. Supone humildad: saber que tenemos defectos, que somos poca cosa, que somos pecadores: pero que deseamos ser mejores. El examen supone también amor a Dios en las ganas de quitar todo lo que nos aparta de Él y buscar la unión con Dios para amarle más.

¿Cómo hacer el examen de conciencia? En el Evangelio de San Juan, el Señor examina a Pedro: pocas preguntas, tres; quizá tres veces la misma, hasta llegar al fondo. Léelo despacio y será fácil aplicarlo a las tres grandes vertientes de nuestra jornada: con Dios, con los demás y con nuestro trabajo.

¿Cómo he rezado?, ¿cómo he tratado a los demás?, ¿cómo he trabajado? Tus normas de piedad, tu trato con los familiares y amigos, tu trabajo profesional. Interesa el cómo he hecho las cosas, Al contestar esta realidad concreta de nuestra vida, resulta, por contraste, el cómo quisiéramos habernos comportado, y surge el propósito.

El examen no es cosa de un día, sino de cada día, porque la santidad es de siempre. Aquí entra en juego la fe, la vocación personal, la eficacia apostólica, el trabajo profesional, la alegría... y, en esta mirada serena de cada noche, descubrimos, admirados, que nuestros fallos son de una vulgaridad aterradora y se repiten como el chirriar de una rueda reseca. Durante los temporales de verano mi madre nos mandaba recorrer el piso alto de la casa para poner cubos donde caía agua del tejado. Eran gotas; nadie se habría ahogado; pero quedaban claras dos cosas: que las gotas ensucian el piso y que el techo, precisamente en aquel lugar, tenía una gotera. Nuestros fallos, aun pequeños, se repiten cada día. Anota, si quieres, los resultados del examen durante una semana y descubrirás las goteras de tu vida. «Quien no arregla la gotera, arregla la casa entera».

En la parábola del hijo pródigo, el joven, en un atardecer, «volvió en sí», hizo examen de conciencia, vio su realidad amarga y se acordó de la casa de su padre donde había «pan en abundancia». A partir de este momento empezó a mejorar: «me levantaré, iré a mi padre y le diré... ». El banquete con música y la alegría del padre empezaron en un examen de conciencia. En los atardeceres de nuestra jornada es necesario hacer examen de conciencia, porque Nuestro Padre Dios aguarda en las puertas del banquete la vuelta del hijo.

A la noche, luego de haber vivido todo ese día, es bueno recorrer junto a Jesús todo aquello que hemos hecho para poder observar aquellas cosas que Dios nos ha regalado y que tal vez, por el aceleramiento del día, no nos hemos dado cuenta, y así poder agradecerle a Él por todo eso, y también detenernos en aquellos mensajes que Dios nos ha enviado a través de alguna persona (Una corrección, por ejemplo, o un pedido, etc.) o de algún libro, o en un momento de oración, y así poder responder mejor a aquellas cosas que Dios nos va pidiendo que hagamos o que dejemos de hacer. Por ello, también es importante, que junto a Jesús observemos aquellas cosas que hemos hecho mal por fragilidad o porque hemos pecado, para pedir perdón y para poder reparar y mejorar esos puntos flojos. (Junto con esta oración es excelente pedirle a María que nos conceda la pureza de cuerpo y alma a través de las tres “Ave María” de la noche.)

Consejos prácticos: es recomendable que esta oración no la hagamos metidos en la cama porque a esta hora, generalmente, estamos cansados y el sueño nos lleva a hacer mal o superficialmente nuestra revisión, por lo tanto es bueno tomarse un momento antes de acostarnos para realizarla. También al principio es bueno anotar aquellas cosas que vamos descubriendo, porque si luego vemos que se repiten a lo largo de los días, es signo de que allí hay un punto a trabajar.

# PARA TERMINAR

## ALGUNOS CONSEJOS

### **J**uega a ganar:

Cuando aprendí a jugar a las cartas, mi “maestro” en esas artes me dijo como primera lección: “la primera hay que ganarla, juégate el todo”. Lo mismo te digo respecto a estos pilares de tu vida de fe: “Juégate el todo”. Empezar con todos a la vez, de modo breve, desde el principio, pone bien las bases. Si desde el principio eres tacaño.... Todos juntos, aunque ya que lo que se busca es *hacerse el hábito de oración*. La conversión es cosa de un instante, la santidad de una vida, a lo largo de tu vida irás profundizando cada pilar, ¿pero qué mesa tiene solo una pata?

### **Ojo con los novelones:**

La sensibilidad: *“Persevera en la oración con fe y constancia durante las arideces y oscuridades, aunque carezca de todo atractivo sensible; este es muy buen estado y propio para santificarte. La oración hecha así te conducirá en poco tiempo y sin otros medios a la presencia de Dios”*(S. Juan Bautista de La Salle.) Los sentimientos son parte del hombre, y en si mismos no son ni buenos ni malos, sino que esto depende a donde nos lleven. En la oración, los sentimientos (o consolaciones) también están presentes, y por lo tanto pueden ayudarnos si nos impulsan a profundizar nuestra vida interior, y en este sentido son una gracia que Dios manda para ayudarnos y hay que aceptarla, agradecerla e incluso aumentarla. Pero para que no nos quedemos en lo meramente sensible, Dios, de vez en cuando, nos purifica quitándonos los sentimientos para que “no busquemos tanto las consolaciones

de Dios, sino al Dios de las consolaciones”. La falta de sentimientos son muchas veces uno de los primeros obstáculos para quien recién comienza, pero si Dios nos los quita: ¡Ánimo, estamos creciendo!

La falta de alegría en la oración es por culpa nuestra, o porque nos estamos entibiando, o porque no tomamos seriamente nuestra oración y búsqueda de la santidad: “*Dos tentaciones frecuentes amenazan la oración: la falta de fe y la acedia que es una forma de depresión o de pereza debida al relajamiento de la ascesis y que lleva al desaliento.*” Cat. de la Ig. Catol. pt. 2755 )

La posición del cuerpo: parece trivial o superficial hablar de un tema tan material, pero esto es un engaño, no somos angeles y por lo tanto tenemos un cuerpo, sería un error creer que el cuerpo no interviene en la oración, soy todo yo el que reza, con mi cuerpo y con mi alma, y una posición no es lo mismo que otra.

Las posiciones del cuerpo, al igual que el lugar donde estoy, me ayudan a concentrarme en lo que estoy haciendo, y difieren con cada tipo de oración. A la vez, las posiciones, son signo de lo que ocurre en mi interior: Adoración, alabanza, agradecimiento, perdón, etc. Y así como cambia mi cuerpo cuando estoy contento, triste, asombrado, etc. Así también cambia mi cuerpo en mi relación y diálogo con Dios. No es lo mismo realizar una oración bien arrodillado o sentado, que despatarrado en el asiento o en la cama.

Tirado en la cama, o caído en un reclinatorio, o despanzurrado en un sillón es difícil orar, además de ser una falta de respeto.

### **La perseverancia:**

“*La paciencia es el campo donde Dios siembra*”, por lo tanto no hay que pretender tener todo “ya”, la oración es un camino que se va aprendiendo, y las mismas dificultades, problemas, e incluso hasta los pecados, son utilizados y aprovechados por Dios para que adelantemos en este camino. La oración fuerte y eficaz es la oración perseverante, la oración “*del amigo in-*

*sistente*” (Lc. 11, 5-8 ), que golpea a cualquier hora e insistentemente a la puerta del Amigo, pues sabe que “*a quien llama se le abrirá*” y que “*todo el que busca encuentra*” y que “*al que pide se le dará*”. (Ver capítulo siete del Evangelio según san Mateo.) “*El que persevera en la oración, por más pecados y tentaciones y caídas de mil maneras que ponga el demonio, tengo por cierto que el Señor lo sacará a puerto seguro.*” (S. Teresa de Jesús.)

## **Las tres efes**

Para que esta oración no quede merced a nuestros caprichos hay una regla llamada de las 3 F.

Tiempo fijo, lugar fijo, hora fija:

Tiempo fijo es la duración no puede ser menos de 10 minutos. Teniendo en cuenta esto, hay que darle a cada parte de la meditación un tiempo prudencial y si, por ejemplo, meditamos diez minutos los primeros cuatro o cinco serán para ponernos en presencia de Dios, luego leeremos y haremos la meditación propiamente dicha y en los últimos minutos la petición de las gracias necesarias y el propósito si es que lo hay. Si he puesto 10 minutos que no sean más ni menos.

Lugar fijo Somos propensos a las distracción, a perdernos en mil miradas y objetos por eso tener un lugar fijo para orar hace que tus distracciones sean menos frecuentes, es como el salón del trono de los reyes donde daban sus audiencias, cada día el Señor te invita al salón del trono que puede ser un templo o tu cuarto. El lugar óptimo para hacer la meditación es un templo (En la capilla del colegio, de la facultad, de un hospital, en el templo parroquial, etc.) ya que allí se encuentra la presencia especial de Jesús en la Eucaristía, el clima de por si es de oración, hay silencio, etc. Pero tal vez esto resulte imposible para alguien y entonces habrá que buscar alternativas: mi habitación, un lugar de mi casa que sea tranquilo, una clase vacía, tener al-

guna imagen, un crucifijo, un cuadro, encender una vela, etc. Es decir, todo aquello que nos ayude y predisponga.

Hora fija: En que momento del día en que la debo realizar: el mejor momento es a la mañana ya que la mente está despejada de problemas y otras cosas que nos pueden distraer o poner ansiosos, y uno empieza ya el día con una fuerza renovada. Pero cada uno debe buscar el momento, teniendo en cuenta que a veces bien vale la pena levantarse quince minutos antes, que se convertirán en oro, para poder hacer nuestra meditación. Pero eso sí, que sea siempre a la misma hora, tienes una audiencia con tu Señor.

### **Para vencer**

Mira lo que cuenta el *Libro del Exodo*: el Pueblo de Israel está en guerra contra sus vecinos los amalecitas. Empieza la batalla en Rafidim. Moisés, en la cima del monte, ora, brazos en cruz. «Cuando Moisés alzaba las manos, vencía Israel; pero si las bajaba, Amalec tenía ventaja. Ya los brazos de Moisés estaban cansados, por lo que tomando una piedra sentóse en ella y Aarón de una parte y Jur de otra, le sostenían los brazos; los cuales de esta manera permanecieron inmóviles hasta que se puso el sol y Josué derrotó a Amalec» Que hacia Moises: oraba.

### **Nuestra oración debe ser continua:**

“Estad siempre alegres, *orad constantemente*” (2 Tes. 5, 16.)

Como dijimos antes, los cuatro pilares, son un medio cuya finalidad es, en primer lugar, poder vivir en presencia de Dios durante todo nuestro día. Para ello nuestra **oración** debe ser **continua** y nuestra **acción** debe estar **subordinada a ella**:

Oración continua: “*Ora continuamente el que une la oración a las obras y las obras a la oración. Solo así podemos encontrar realizable el principio de la oración continua.*” (Orígenes.)

Tal vez un ejemplo dado por un gran predicador de nuestro tiempo nos sirva para ver mejor el fin de los cuatro pilares: Este sacerdote observa que en una región de Europa existe una clase de suelo que por sus características particulares ofrece un fenómeno curioso y que nos sirve para explicar como es que nuestra oración puede y debe ser *continua*.

*Parece ser que este suelo es recorrido por unos ríos, los cuales no están siempre en la superficie, sino que por momentos se sumergen en este terreno para aparecer luego en la superficie allí donde las condiciones del suelo lo permiten. A simple vista parecen desconectados unos de otros, pero la realidad es que mantienen una interna conexión, a tal punto que se trata de un único y mismo río que atraviesa toda la región.*

Los cuatro pilares podemos compararlos con los momentos en que el río sale a la superficie, y que es justamente donde también se alimenta su caudal con el agua de las lluvias y los deshielos de las cumbres. Así los cuatro pilares son momentos fuertes de presencia consciente de Dios. Luego, esta presencia de Dios, no desaparece sino que se sumerge en las cosas y actividades del día, dando vida desde dentro y desde las raíces a todas nuestras acciones, criterios y decisiones, e iluminando continuamente nuestro trato con los demás.

Oración y acción: Hablando sobre los cristianos, Juan Pablo II nos dice: *“en su existencia, no puede haber dos vidas paralelas: por una parte, la denominada vida ‘espiritual’, con sus valores y exigencias; y por otra parte, la denominada vida ‘secular’, es decir, la vida de familia, del trabajo, de las relaciones sociales, el compromiso político y de la cultura. El sarmiento arraigado a la vid que es Cristo, da fruto en cada sector de su actividad y de su existencia.”* (J.P. II; “Ch. L.”; pt. 59)

Muchas veces creemos que es importante primero rezar u orar y recién luego actuar, y esto es verdad: primero que nada, porque es importante que nuestro corazón y nuestra mente se enciendan e iluminen según los criterios

de Cristo, las mociones del Espíritu Santo y la voluntad de Dios Padre. Antes de nuestro estudio, antes del trabajo, de los momentos de diversión, antes de tomar decisiones importantes, que todo lo que somos, pensamos y hacemos esté antes puesto en las manos de Dios, por El sea guiado y hacia El se dirija todo: *“y para descubrir la concreta voluntad del Señor sobre nuestra vida son siempre indispensables la escucha pronta y dócil de la Palabra de Dios y de la Iglesia, la oración filial y constante, la referencia a una sabia y amorosa dirección espiritual, la percepción en la fe de los dones y talentos recibidos y al mismo tiempo de las diversas situaciones sociales e históricas en las que se está inmerso.”* (Juan Pablo II; “Ch. F.”; pt. 58)

Por todo esto es importante y necesario orar antes de actuar, pero esto hay que entenderlo bien: La oración y la acción no son dos cosas separadas que van una después de la otra. Para decirlo en palabras más precisas, algunas cosas pueden ir juntas de dos maneras diferentes: pueden estar yuxtapuestas, es decir, primero una y luego a su lado, pero sin ninguna comunicación, la otra. Son como dos compartimentos estancos que no tienen influencia el uno sobre el otro, son contiguos pero no continuos, hago primero una cosa y luego otra. Llevado a lo que estamos tratando sería: primero rezo y luego actúo pero en nada influye mi oración sobre lo que estoy haciendo, oración y acción no se interrelacionan ni comunican.

Por lo tanto es necesario pasar de la yuxtaposición a la subordinación: donde yo rezo y actúo según lo que ha surgido en la oración. Así todo lo que haga estará iluminado por la presencia del Amigo fiel, del Maestro que nos guía y del Señor que dirige nuestros corazones.

Se trata por lo tanto de estar en la continua y amorosa presencia de Dios, presencia que no será siempre consciente ya que la conciencia es más bien un efecto y una prueba de que nuestra oración es real, sino que es continua porque ese es el deseo de nuestro corazón, se trata de una oración de deseo “si tu deseo de Cristo es continuo, así es continua tu oración, por ello, si tu

boca calla, canta y ora tu corazón” . Esta oración de deseo es una tendencia habitual hacia Dios, un anhelo de Dios, nostalgia de la casa del Padre.

Esta presencia de Dios como una oración de deseo: *“se parece a aquella persona que está esperando la llegada de su ser más querido y que hace mucho que no ve porque se ha ido de viaje muy lejos, pero el día de su regreso quién lo aguarda ya se levanta deseando que llegue el momento del encuentro, hace las mismas cosas de siempre pero de repente recuerda que ya falta menos y su corazón tiene una alegría distinta en ese día, todo es igual pero tiene una luz diferente, la sola presencia cercana de aquel a quien ama le hace vivir de modo nuevo y pleno lo que siempre ha hecho, e incluso le lleva a hacerlo mejor, con más cariño e incluso con una fuerza renovada que le parece hacer más fácil todo”*.

“Yo dormía pero mi corazón velaba” se dice en la Sagrada Escritura en el libro del “Cantar de los cantares” en el capítulo cinco, versículo dos. Es la oración del corazón que no duerme.

Pero para que esto no quede en poesía simplemente, sino que sea realidad, y que la presencia de Dios llene todo mi día, mis pensamientos y acciones es necesario tener momentos fuertes de oración. *“No se puede orar ‘en todo tiempo’ si no se ora, con particular dedicación, en algunos momentos: Son los tiempos fuertes de la oración cristiana, en intensidad y en duración.”* (Cat. de la Ig. Catól. pt. 2697)

Tenemos que aspirar a tener tal presencia de Dios, pero para ello es necesario poner los medios, y aquí es donde entran los *cuatro pilares*, en ellos la conciencia de la cercanía de Dios se hace más profunda y constante, en ellos renovamos nuestro deseo y el corazón se enciende y fortalece. Entramos en un diálogo directo con Dios y su presencia en nosotros se hace más patente. En los cuatro pilares *“el río subterráneo del deseo”*, la oración del corazón, sale al exterior fortaleciéndose con nuevas energías y listo para sumergirse nuevamente y dar vida desde dentro a todas aquellas cosas que son recorridas

y atravesadas por él. Al principio tal vez este río sea tan solo un hilo de agua, apenas imperceptible, pero con la constante búsqueda de las fuentes, que no se agotan, ira aumentando su caudal.

Cuando comenzamos tal vez nos parezca difícil que esta presencia de Dios pueda ser una realidad en nuestra vida, pero lejos de desanimarnos tenemos que pedir esta gracia a Dios, sabiendo que esto es algo que Dios nos quiere dar y de hecho lo da a quien se lo pide de verdad y humildemente, como un pobre que pide sin pretensiones que se le ayude: *“Todo este cimiento de la oración va fundamentado en la humildad, y mientras más se humilla un alma en la oración, más la sube Dios.”* (S. Teresa de Jesús.) Y ya esta sola petición hará que nuestra oración continua comience a crecer.

## **Conclusión**

Todos los cristianos somos *misioneros*, cada uno en su lugar y situación concreta, todos estamos llamados a construir de un modo particular el “Reino de Dios”, a hacer presente a Jesús allí donde Dios me ha puesto, a que “la levadura de Cristo” haga fermentar toda la inmensa masa de la humanidad, en todos los ambientes, lugares, trabajos, situaciones... Esta es nuestra misión como cristianos. Pero a la vez, esa levadura, debe estar haciendo su tarea en mí, y esto se realiza principalmente por la oración, en la que el Espíritu Santo va moldeando en mi corazón los rasgos de Cristo y me impulsa a anunciarlo y a dar testimonio de El.

La misión abarca toda mi vida, todo lo que soy, hago, pienso, y para ello todo esto debe estar siempre guiado e iluminado por la presencia reconfortable de Jesús, por la confianza que nos infunde el Padre y el ardor del Espíritu: *“veo amanecer una nueva época misionera, que llegará a ser un día radiante y rica en frutos, si todos los cristianos ... responden con generosidad y santidad a las solicitudes y desafíos de nuestro tiempo. Como los Apóstoles después de la Ascensión de Cristo, La Iglesia debe reunirse en el*

*Cenáculo con 'María la madre de Jesús' (Hch. 1,14), para implorar el Espíritu y obtener fuerza y valor para cumplir el mandato misionero. **También nosotros, mucho más que los Apóstoles, tenemos necesidad de ser transformados y guiados por el Espíritu.***" ( Juan Pablo II, "R. M."; pt. 92)

Como un medio para que la acción del Espíritu Santo se haga realidad en nosotros, como un canal abierto a esto, los cuatro pilares solo pretenden ser un camino progresivo donde nuestra oración vaya creciendo y fortaleciéndose, por medio de los cuales, la promesa de Cristo: **"Y Yo estaré con ustedes todos los días hasta el fin del mundo"** (Mt. 28, 20) encuentre, cada día, de nuestra parte una fiel respuesta: **"¡ VEN SEÑOR JESÚS!"** (Apoc. 22, 20)

*"Nada se aprende sin un poco de trabajo. Les pido, por amor de Dios, que den por bien empleado el cuidado que gastan en esto; pues yo se, que si lo tienen, en un año, o quizá en medio, con el favor de Dios saldrán con ello. Miren que poco tiempo para tan gran ganancia."* (S. Teresa de Jesús.)

*"Hasta tal punto es la oración ley de santidad, que cuando Dios quiere elevar a un alma a mayor santidad, no le aumenta sus virtudes, sino su espíritu de oración, o sea, su capacidad. La aproxima más a Sí mismo, y en eso está todo el secreto de la santidad."* (S. Pedro Julián Eymard.)

Este es el fin que persiguen los cuatro pilares: ayudarnos a que este contacto con Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo se prolongue a lo largo de todo nuestro día, a que esta fuente, de donde brota la amistad con Dios, emerja en los momentos claves, para que todas nuestras obras y pensamientos los dirijamos hacia El, y todo sea **"por El, con El y en El"**.

No se trata por lo tanto de realizar mecánicamente una serie de normas de piedad desconectadas, tampoco son una "cábala o amuleto", aunque si nos traigan la especial protección de Dios prometida a sus hijos, pero que tiene su fundamento en el Amor del Padre y *no en la suerte o en la magia*, que suelen ser un escape a nuestras responsabilidades. Se trata de ir creciendo en nuestra vida de oración, en nuestro diálogo con Jesús, en poner la

confianza totalmente en nuestro Padre, en ser cada vez más dóciles a las mociones e inspiraciones del Santo Espíritu, de exponernos a la acción de Dios en nosotros y de dejarnos transformar en nuestros criterios, opciones y actitudes.

Una de las 7 maravillas del mundo antiguo era el famoso Coloso de Rodas, una enorme estatua que estaba a la entrada del puerto de Rodas, maravilla que era visitada por cantidad de personas se vino abajo según la historia por tener los pies de barro. Tanto en la naturaleza como en las cosas creadas por el hombre hay una ley: cuanto mayor es la obra mayor es también su base, en los arboles las raíces, en los animales las patas, en los seres inanimados sus bases. Lo mismo ocurre con las obras construidas por el hombre, obras de ingeniería, arquitectura, arte, etc., cuanto mayor es su altura, peso y volumen también aumentan necesariamente y de manera proporcional sus cimientos, los cuales deben ser firmes y profundos si es que se pretende sostener la construcción y darle la estabilidad necesaria. Saca tu las conclusiones.

Orar en buen lugar es también importante, ya que no es lo mismo el clima de un diálogo hecho en medio del ruido y del trabajo, que la charla que se tiene con un amigo a solas, en un lugar que nos predisponga para que podamos sacar de nuestro corazón aquellas cosas más profundas, y que nos permita también escuchar serenamente. Es verdad que Dios está en todos lados y siempre podemos estar con El y dirigirnos, que está dentro nuestro y que nunca nos deja solos, pero también es verdad que su presencia en la Eucaristía es especial, y que a nosotros por ser seres humanos nos afectan mucho las características del lugar donde nos encontramos, por eso es importante que estos momentos fuertes de oración los hagamos en un buen lugar, sobre todo por el tema de las distracciones que si bien son muy difíciles de erradicar totalmente, por lo menos está en nosotros poner los medios mínimos para

que nuestra atención se centre en el Señor. Tu lugar de oración, tu propio santuario.