

Hablemos de ORACIÓN

HABLAR DE ORACIÓN

4 de septiembre de 2015



Queridos amigos y hermanos en la fe: Me han pedido colaborar en este espacio de nuestra web dedicado al tema de la oración). He aceptado gustosísima. Estoy encantada de hacerme presente por este medio virtual, ofreciéndoo a todos aquello que el Espíritu Santo me vaya inspirando.

Mi aportación será una manera de compartir la fe personal y comunitaria desde el diálogo amoroso con Jesús. Ser monja contemplativa es ser orante en la Iglesia. La razón de ser y permanecer en esta vocación es la relación de amistad con Jesús a modo de oración, y esto es lo que trataré de transmitir.

Orar, dicho en palabras de S. Teresa, viene a ser una cuestión relacional con Dios. Ella lo define con estas palabras: ***“Que no es otra cosa oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama”***. Genial y certero el decir de esta gran Maestra de oración, que nos estimula a iniciar un camino interior para comunicarnos con el Dios todo amor.

La oración es relación, tutearse con Jesús, crear amistad amorosa con Él. Es abandonarse confiadamente en sus manos, dejando que oriente nuestra vida al modo del evangelio. Orar es abrir nuestro corazón a Dios, proceder según su agrado. La oración es auténtica si nos hace hermanos con los hermanos, fraternizando las relaciones con los demás, compartiendo lo que somos y tenemos, regalando vida y alegría. Abramos de par en par el corazón para dejarnos transformar por la oración. Dios lo quiere y lo espera de nosotros.

Anna Seguí, ocd

Hablemos de ORACIÓN

VELAD Y ORAD

14 de septiembre de 2015



Dice Teresa: **«En esto de oración es lo que me habéis pedido diga alguna cosa»**. **«Yo no diga ahora en que sea mental o vocal para todos; para vosotras, digo, que lo uno y lo otro habéis menester»** (Camino de Perfección 21, 7).

La oración, ser orante es una opción personal de todo creyente, es una consecuencia de ser cristiano, porque es una acogida del mandato del Señor: **«Velad y orad»** (Mt 26, 41); **«orad siempre sin desfallecer»** (Lc 18, 1).

Todo creyente que vive comprometidamente su fe oye y escucha la voz del Señor. Orar es base fundante para ser cristiano consecuente con lo que decimos creer. Orar no es patrimonio concreto de nadie.

Desde la fe en el Dios de Jesús, el Padre, orar es algo congénito, es llevar metido en las entrañas el don y la posibilidad de la plena vivencia y convivencia relacional con el Dios que nos ama, con Jesús, que nos vive desde dentro. **«El Señor está dentro de vos. Este, pues, es buen tiempo para que os enseñe nuestro Maestro, y que le oigamos y besemos los pies porque nos quiso enseñar, y le supliquéis no se vaya de con vos»** (Camino de Perfección 34, 10).

Anna Seguí, ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR LA VIDA

21 de septiembre de 2015



Jamás desconectar la oración de la vida. La oración no es un momento puntual del día. Orar es implicarse plenamente en la existencia de todo lo creado y de cuanto acontece. Cada jornada está contemplada y presentada ante Dios por los orantes. Nada queda fuera de esa realidad hermosa y bondadosa.

Ser orante define una manera de ser y estar, de hacer y pensar. Sobre todo, una manera de comprender y de amar. Orar centra la atención y sujeta la dispersión, controla la distracción y la imaginación, la aquieta y sosiega.

Ser orante es una opción personal, una certeza de querer vivir la vida desde Dios y en Dios. Se ora porque se ama. Y en el amor todo queda acogido y amparado, liberado y salvado. Orar con confianza expulsa la duda y acrece la esperanza.

Todo lo que amo queda envuelto en la oración, reposado y aliviado en Dios. La oración y el amor definen nuestro seguimiento de Jesús. Orar y amar nos convierten en servidores de los hermanos. Orar es amar y servir.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR ES AMAR

28 de septiembre de 2015



“El verdadero amante en toda parte ama y siempre se acuerda del Amado” (S. Teresa). Ser orante es ser amante. La oración transforma el ser y el hacer. Lo que soy y cómo soy queda demostrado en cómo hago las cosas. Por mi comportamiento pongo de manifiesto quién soy, en qué creo y en quién confío. Dice Teresa: ***“no está la cosa en pensar mucho, sino en amar mucho; y así lo que más os despertare a amar, eso haced”***.

La oración nos renueva la personalidad y crea novedad de vida, obra misericordia y libera misericordiosamente. Amar y confiar es un estado de vida que lleva a vivir ejerciendo la confianza amorosa. ***“Ser afables y agradar y contentar a las personas que tratamos”***. Pues el amor va más allá de lo puramente sensible. El amor pone eficacia a las relaciones y acciones, produce alegría de vivir. ***“Ha de estar despierto el amor”***.

El amor, más que un sentimiento, es una opción de vida. Solo la opción por el amor nos capacita para asumir la cruz hasta amar a los enemigos. Y esto no es tanto un sentimiento como una convicción, un andar en ejercicio de amor, ser amadores. Orar es amar, y el amor nos tiene que humanizar al estilo de la humanidad de Jesús, hombres y mujeres para el amor, la justicia y la paz. Es decir, estar empeñados en ser buena gente, ser buenos para los demás, y ser portadores de alegría. Ea, oremos y amemos.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

DE LA DUDA A LA ESPERANZA

6 de octubre de 2015



Clavar en tu cruz mi cruz, un clamor del corazón.
Vaciar y silenciar en Ti su herida y su dolor.
Ante la duda ¡surja la esperanza!

Que tu sangre se derrame, penetre en mis venas y la purifique.
Que tu carne se una a la mía, la toque y la sane.
De carne y de sangre ¡de tierra y de barro soy!

En el aquí y ahora de la historia,
en el aquí y ahora de la mía personal...
Han pasado siglos ¡incluso milenios!
Y se sigue produciendo el caos primordial.
En mi carne, en mi sangre, de tierra y de barro ¡paraíso terrenal!

La fascinación del Edén es el deseo...
Deseo y avidez de placer y poder.
En el paraíso de la creación la serpiente sigue acechando.
En el jardín de la redención la flama ardiente sigue llameando.
Por dura y oscura que sea la prueba, no hay que temer.
La esperanza es la fuerza que me mantiene en pie.

¿Cómo no claudicar ante quien te reclama y desea?
Es humano sucumbir ante la prueba regalona de placer...
Que Dios me conceda la fuerza para que me halle fiel, al fin.
La fidelidad purifica la tierra, mi carne.
La fidelidad purifica mi sangre, me hace revivir.

No puedo ni quiero dañar a los que amo y me aman.
¿Acaso depende todo de mi responsable libertad personal?
Por Ti, es posible la purificación de la mente.
Por Ti, es posible la limpieza del corazón.
De carne, de sangre, de barro... liberados al fin.

Todo se ha realizado a favor del ser humano.
Un hálito vivificador alienta el deseo del bien, del amor y la belleza.
No, no será el mal que se trague la vida ni la felicidad.
Dios nos mira con amor y el amor nos salva, no el mío ¡el de Dios!
Elijo amar y ser amada... Al fin, Jesús es quien ama en mí.
¡Sea, hágase!... De la duda a la esperanza.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

LA SANTA ANDARIEGA

12 de octubre de 2015



Octubre clausura el V Centenario del nacimiento de santa Teresa. Reconocida Mística-Maestra de oración, la grandeza de Teresa radica en su adhesión a Cristo, en una vida de entrega orante.

El que nos crea nos recrea. La mística es el gozo de sabernos recreados por Dios. Solo cuando nos situamos fuera de Dios, rompemos la armonía creadora. Entonces surge la violencia, la agresión y la muerte.

La mística que Teresa vivió es muy humana, propia de todo aquel que vive adherido a Jesús. La mística de Teresa es puramente Cristo-céntrica. Polarizada por la figura de Jesucristo, es Él quien la vive y la fascina, quien la desmonta y la transforma. Aconseja a los orantes: ***“Se esté allí con Él, acallado el entendimiento. Si pudiere, ocuparle en que mire que le mira, y le acompañe y hable y pida y se humille y regale con Él”***. Quien nos mira quiere ser mirado. Dios siempre nos está mirando y modelando, nos habilita para amar.

El deseo de Dios es el comienzo de la mística, crea la relación de amistad. Jesús le dice: ***“Buscarme has en ti, buscarte has en mí”***. El obstáculo que ponemos a Dios para vivir la experiencia mística es la **dispersión y la distracción**.

La relación que tenemos con Dios y con los demás pone de manifiesto lo que somos. Somos lo que dejamos hacerle a Dios. Orar es mirar a Dios con ***“Advertencia amorosa”***. Digamos como ella ***“Vuestra soy para vos nací”***.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORACIÓN POR LA PAZ

18 de octubre de 2015



Señor Jesús: En este tiempo devastador de guerra, nuestra oración quiere ser una súplica y un gemido por el llanto, la pena y el horror de las víctimas de la violencia. Israel-Palestina, Siria. La tierra que configuró la Biblia. Cesen todos los conflictos bélicos en nuestro mundo.

Que se detenga la beligerancia de las armas asesinas, queden destruidas para siempre. Que haya paz en tu tierra sufriente y se alegre la ciudad de Dios por sus hijos, que acuden a ella entonando cantos de alegría, danzando al son de los himnos de paz.

Cristo Jesús, doblega el yugo de la altivez humana, que se ablanden los corazones de los que rigen las naciones. Que las mentes de los hombres, iluminadas por tu Palabra, programen acciones de vida y no de muerte.

Espíritu Santo, dador de vida, haznos comprender que ya no es tiempo de guerra para la humanidad. Hombres y mujeres de todas las naciones y religiones queremos la paz. Juntos, todas las gentes de buena voluntad, alzamos las manos, reclamando unidos la vida en la paz. La humanidad entera exige la paz. Amamos vivir en la paz y no en la repugnante violencia de la guerra.

¡Hijos de Dios! Humanidad amada del Señor, que los tanques mortíferos se vuelvan arados para labrar la tierra, los aviones bélicos se vuelvan hermosas palomas blancas, planeando libres por los amplios cielos, alegres mensajeras de la paz. Que los fusiles se tornen instrumentos musicales entonando deleitables baladas de júbilo y paz. Naciones del mundo, deponed las armas, dejad florecer la paz.

¡Que no se repita más el llanto amargo y desesperado de quienes contemplan sus muertos! Que jamás se escuchen en los pueblos y naciones gemidos dolientes de víctimas heridas, destrozadas, aplastadas, desheredadas. Que los muertos de todas las guerras, los mártires de todas las violencias hagan llover sobre la tierra la justicia del cielo.

¡Palestina, tierra de los patriarcas, padres de la fe! Que tus hijos vean dentro de ti reconstruidas sus casas. Que la hierba quemada verdee nuevamente por los campos y nazcan las bellas flores de la esperanza. Que tus niños ¡Palestina!, jueguen tranquilos por las calles de los pueblos. Haya cantos de fiesta por la paz, bailes de júbilo por la libertad, abrazos de alegría por la reconciliación.

Israel-Palestina-Siria, hijos amados de Dios. Descendientes de Abraham, de Ismael e Isaac queridos, ¡buscad la paz! Sembrad la paz en vuestra tierra, tierra nuestra, la de toda la humanidad, nazca ella en vuestros corazones, brote en el mundo la paz. Dios Padre de ellos y de todos, somos tus hijos y no somos para la guerra. En ti, Señor la paz, en ti, Yahvé, en ti, Alá, reconstruiremos la paz y no habrá más guerras que hagan sufrir y llorar a la humanidad.

***“En Ramá se escuchan ayes, lloro amarguísimo.
Raquel llora por sus hijos, y no quiere que la consuelen,
porque ya no existen” (Jr 31,15)***

“Sí, un lamento llega de Sión: ¡Ah, en qué desastre estamos! ¡Qué vergüenza nos cubre! ¡Tener que abandonar la patria, y dejar nuestra casa!... Ha escalado la muerte por nuestras ventanas, ha penetrado en nuestros palacios, segando a los niños por las calles, a los jóvenes por las plazas”. (Jr 9,18-20)

¡Tierra, tierra, tierra! Escucha la palabra del Señor! (Jr 22,29)

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR NOS HUMANIZA

25 de octubre de 2015



Orar nos configura como personas, porque, si lo que nos humaniza son las relaciones personales, orar será configurador de un estilo de humanidad que se llama cristiana, por cuanto nos pone rostro y figura a semejanza de Jesús: ***"aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y encontraréis descanso para vuestras almas"***

(Mateo 11,29); ***"amaos los unos a los otros como yo os he amado"*** (Juan 15,12). Por lo cual, orar es amar, y será decirlo con la vida, la de cada día, la de los acontecimientos reales, ante los cuales nos habremos de situar comprometidamente, dando respuestas y actuaciones propias, de quien así ora, así vive y así se relaciona con Dios y con los hermanos, desde el amor. Orar nos va poniendo el espíritu de las bienaventuranzas, capacitándonos para la comunión con los más desfavorecidos.

"Procurad ser afables y entender de manera con todas las personas que os trataren, que amen vuestra conversación y deseen vuestra manera de vivir y tratar, y no se atemoricen y amedrenten de la virtud. A religiosas importa mucho esto: mientras más santas, más conversables con sus hermanas" (Camino de Perfección 41,7)

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

TODOS LOS SANTOS

1 de noviembre de 2015



La fiesta de Todos los Santos ora la comunión del cielo y de la tierra. Ser cristiano es la gran llamada a la santidad. Las Bienaventuranzas son el programa a realizar para que crezca la vida de Dios en nosotros y ser santificados: **limpios de corazón, pobres de espíritu, pacíficos, mansos, misericordiosos, justos**. Un proyecto de felicidad abierto al infinito de Dios. Los santos lo viven en plenitud, nosotros lo llevamos adelante trabajando la vida con los criterios que predicó y transmitió Jesús. Orar la santidad personal y comunitaria para hacer realidad las Bienaventuranzas en nuestra vida.

La Iglesia orante y servidora santifica la existencia humana haciéndola más dichosa. Pacificar conflictos, compartir lo que tenemos, acoger a todos, tratarnos con amor, orar por los demás. Son esas realidades pequeñas, de generosa entrega, que ponen de manifiesto la vida de Dios que llevamos dentro y nos mueven a trabajar para los demás. Nos van santificando. Orar humildemente, para que la fuerza del Espíritu Santo nos enriquezca adquiriendo la mentalidad de Cristo. Y obrar como Él, que buscó siempre dignificar la vida de las personas.

Jesús oró por nosotros para que Dios, su Padre, nos santificara en la verdad y permaneciéramos unidos. Nos envió a anunciar la Buena nueva del Reino, sembrando la esperanza a un mundo llamado a ser hogar acogedor y feliz para toda la humanidad. Orar una santidad que, cimentada y centrada en Cristo, tenga el atractivo de la novedad, por la eficacia del amor.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR LA MUERTE

8 de noviembre de 2015



Muerte y vida están íntimamente relacionadas. Oremos esa realidad para asumirla con naturalidad, conscientes de que todo está en manos de Dios.

Orar mirando la muerte con la confianza de san Francisco: ***“Loado seas mi Señor, por la hermana muerte corporal de la que ningún hombre vivo puede escapar”***. Santa Teresa: ***“Muerte no me seas esquivo/ Tanto a mi Amado quiero, que muero porque no muero”***. San Juan de la Cruz reclama a Dios: ***“rompe la tela de este dulce encuentro”***.

Orar con la seguridad de que Dios nos ofrece expirar nuestro último aliento en sus brazos amorosos. Ninguna inquietud debe turbar este proceso hacia el dulce encuentro. Morir es el momento de la intimidad más honda y solitaria que realizamos entre el yo personal y Dios. Morir es entrar a vivir vida de Dios, donde la feliz Pascua es definitiva.

Orar la muerte y vida como dos opciones en la manera de ser y obrar. Podemos vivir produciendo muerte en nuestro entorno y no vida feliz. Vida y muerte es una elección personal. Optamos por el bien obrando vida, o hacemos las obras de la muerte que es el mal. Este, también lo hallamos en nosotros, no como dualidad, pero sí como realidad de la contradicción que descubrimos en nuestro propio ser. Orar la muerte con la seguridad de que esta no tiene la última palabra, sino la vida. Orarla para saberla ver como encuentro con Dios, no como pérdida.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR NUESTRO SER PEREGRINOS

15 de noviembre de 2015



El Éxodo es el itinerario del pueblo de Dios en busca de la tierra de la libertad y la dignidad. En este mundo todos somos peregrinos, vivimos a la intemperie de la precariedad y la provisionalidad. Todos cruzamos el “desierto” de la soledad, la dureza, el miedo, la tentación.

Orar nuestra realidad de peregrinos nos hace descubrir la presencia y providencia de Dios a lo largo del camino. Jesús, el gran peregrino, camina a nuestro lado. Él conoce nuestra pobreza y menesterosidad, no nos abandonará. En la oración percibimos su presencia, y nos sabemos guiados por su Espíritu Santo.

El camino se hace largo y sobreviene el cansancio, el desaliento, el deseo de volver atrás. La fe es puesta a prueba. Murmuramos en nuestro interior contra Dios: ¿para qué seguir? Todo se nos hace insoportable.

Perseverar orantes en estas condiciones de cansancio e inseguridad robustece la fe y consolida la confianza. Será gracia transformadora de resurrección libertadora. La oración se hace penosa, pero la fe nos da aguante en la tribulación. Es el tiempo de la prueba. Basta que nuestra oración sea de silencio y espera. Esperar sin desesperar. Jesús se nos hará presente y nos dirá: **“Yo soy el camino. Tú, ¡sígueme!”**. Entonces se alegrará nuestro corazón y podremos exclamar con santa Teresa: **“Juntos andemos, Señor; por donde fuereis, tengo de ir; por donde pasareis, tengo de pasar”**. Sigamos, pues, nuestro peregrinar la vida hacia Dios, caminado junto a los hermanos, tendidas y ofrecidas las manos.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

SHALOM. ORAR POR LA PAZ

22 de noviembre de 2015



La oración es un largo camino hacia el interior. Cuanto más nos adentramos, vamos hallando la paz. Dios nos armoniza pacificando nuestro ser, y nos capacita para ser alegres mensajeros de paz. Ser orante nos responsabiliza a orar especialmente por el mundo, para que sea pacificado.

La palabra hebrea "*Shalom*" es mucho más amplia que el simple deseo de tranquilidad y bienestar. Es fundamentalmente la paz del corazón. Es reconciliación personal, con Dios y con los hermanos. Es comunión con toda la humanidad, con sus luces y sombras, sus penas y alegría. El *Shalom* bíblico es la paz de nuestra casa interior, ofrecida y deseada a los de cerca y a los de lejos, como una bondad sin límites, como una fusión amorosa de amantes.

Orar para que el *Shalom* de Dios, proyecto de paz y bendición, sea posible en nuestro mundo. La realidad humana requiere el silencio orante de todos los que creemos en Jesús. Pacificar nuestro mundo con la paz del Resucitado. La oración es una siembra de pequeñas semillas de esperanza, de las que brota la paz verdadera. La paz será posible si aunamos actitudes bondadosas de hombres y mujeres de todas las religiones de nuestro mundo. Crear la paz supone asumir la cruz, porque es pacificar no solo la violencia del mundo, sino también, pacificar nuestras violencias interiores y nuestras guerras personales. Que la oración nos haga gustar la paz de Cristo, y como Él, ser portadores de paz y bendición.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR CON MARÍA

*29 de noviembre de 2015
I domingo Adviento C*



El Adviento es tiempo favorable para orar con María. Su oración es atención amorosa, esperanza alegre, fe confiada. Mujer sencilla de pueblo, ora contemplando en su corazón el misterio que la envuelve y la sorprende. Su oración es disponibilidad ante Dios. Su actitud abierta y ofrecida la hace tierra cultivable donde germina la Palabra, Jesús, fruto bendito de sus entrañas.

María es todo lo que se ha dejado hacer por Dios. Ella ha sabido estar donde está el amor: **Jesús**. Donde está el hijo, está la madre.

Ser orante es disponerse, muy sencillamente, como María, ante Dios, para dejarnos hacer por Él. Si Dios nos halla abiertos a ser recibido, no se tarda en darse y regalarnos. Dios vive complacido en nosotros, y quiere ser tenido como lo que es: **Amor de Padre**. Estamos hechos para vivir en comunión amorosa con Dios y con los hermanos.

Oremos el Adviento como tiempo que nos invita a disponer el corazón, para que en su venida, Jesús halle posada donde ser acogido. Recibir a Jesús es dar comienzo a la novedad, inaugurar un tiempo de gracia para una nueva vida, una nueva libertad, una nueva humanidad. Os invito a orar contemplando en nosotros a este Jesús que se nos ha metido dentro para vivirnos y comunicarse. Es en nuestro interior donde se amasa la Buena Nueva del Reino. Como en María, vivamos el asombro de la dichosa humanidad que Jesús nos regala. Seamos hombres y mujeres que viven en el amor, encarnando la vida para el Evangelio.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

EL HÁLITO DE DIOS

*6 de diciembre de 2015
II domingo Adviento C*



En el principio, el hálito de Dios planeaba sobre la superficie de la Tierra. Su Espíritu abría las puertas de la existencia a todos los seres. El aliento de Dios insufló la vida, y llamó al hombre y a la mujer a ser y existir, a amarse y relacionarse. Dios los amó y los adentró en su intimidad para vivir vida de Dios. Somos por gracia y voluntad de Dios.

Ser orante es tener conciencia de esta pertenencia. Orar es saberse vinculado al Dios de la vida, que nos llama a ser creadores de vida. Orar es alimentar en nosotros la vida de Dios. Oramos porque Dios es Padre y nos llama a vivir como hijos, a lucir alegremente la imagen y semejanza con que fuimos creados. Somos bondad y belleza por puro deseo suyo. **“Vio Dios todo lo que había hecho y era muy bueno”**.

Orar es esparcir la vida de Dios que llevamos dentro, sembrar la bondad y alegría del Evangelio. Orar es poner salud a la existencia, liberar ataduras, derribar muros, alentar a los decaídos, curar dolencias. Orar es hacerse humilde servidor de los hermanos. Ser orantes es convertirse en jornaleros del Reino. Es la alegría de quien ha puesto la mano al arado y ya no vuelve la vista atrás. Orar es trabajar la existencia a la manera de Jesús que **“pasó haciendo el bien”**. Orar es ser sembradores de bondades. Constructores de una Iglesia humilde y sencilla, con rostro humano, servidora de los pobres, pobre ella también. Orar es mantener limpio el aire de la existencia.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR LA MISERICORDIA

13 de diciembre de 2015
III domingo Adviento C



Orar el Evangelio es descubrir las entrañas de misericordia de Dios. Jesús es el realizador de las obras de misericordia del Padre: **“El Hijo del Hombre no ha venido para que le sirvan, sino para servir y dar la vida”**. La misericordia nos sensibiliza ante el sufrimiento de las personas. Orar es escuchar el clamor de Dios: ¿dónde está tu hermano? En el mundo asoma la miseria y la carencia de muchos, reclamando nuestra compasión. Nuestra mirada debe ser como la de Jesús, que se conmovía ante las necesidades de la gente. Los miraba con ojos misericordiosos y los atendía amorosamente.

Orar es socorrer la súplica del necesitado. ¿Qué hacemos de los talentos que hemos recibido? Negociarlos es nuestra responsabilidad. Esconderlos es dejar que el otro muera de hambre a nuestro lado. Aportar un poco cada uno, deviene mucho. Realiza el milagro de la multiplicación ¡Cubre la necesidad! **“Siempre seréis ricos para ser generosos”**.

El seguimiento de Jesús nos lleva a vivir y realizar el espíritu de las Bienaventuranzas: **“Dichosos los misericordiosos porque ellos alcanzarán misericordia”**. El Evangelio es amar y servir. La oración nos pone en la dinámica del servicio, jamás en el ensimismamiento que nos hace permanecer con los ojos cerrados ante la necesidad.

Orar con corazón agradecido, porque nosotros hemos sido salvados por el amor misericordioso de Dios. Nos toca vivir sanando heridas y perdonando, acogiendo y liberando. ¿Qué actitud tenemos ante el refugiado que me pide comida y abrigo, casa y cariño? Orar es dar respuesta afectiva y efectiva al lamento del hermano. **“Sed misericordiosos como vuestro Padre es misericordioso”** (Lc 6,36)

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

EL MIRAR DE DIOS ES AMAR

20 de diciembre de 2015
IV domingo Adviento C



El silencio orante es condición necesaria para la advertencia amorosa. Descubrir el Amor que me ama. Una atención vivísima que despierta la sensibilidad afectiva, que capta y ve los ojos amorosos que me miran diciéndome el amor. Cae el alma en la cuenta de que: **“El mirar de Dios es amar”**. Toda palabra rompe la inefabilidad de lo que se origina en el silencio de los amantes.

Orar es entrar en el ámbito del amor misericordioso de Dios, que me envuelve colmando los afectos del corazón. **“Al que confía en el Señor, la misericordia lo rodea”** (Sal 31). Ser amada me afecta saludablemente, es la fuente de la alegría, **Edén** placentero.

El hogar interior es el espacio escondido y secreto del encuentro íntimamente amoroso con Jesús. Un tú a tú hecho de ternura suave, mirada amorosa, elocuente, silenciosamente correspondida, hondamente penetrante. El ser queda sensiblemente compensado, **herido y llagado** de amor en su más profundo centro.

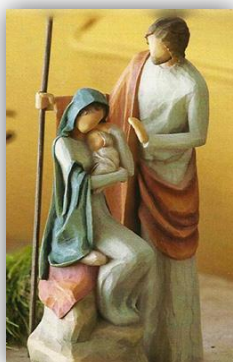
Orar es sentarse a la mesa de **“la cena que recrea y enamora”**. Cuando oro, percibo misteriosamente que Jesús me dice: **Te amo**. Y se alegra mi espíritu, resuelto a corresponderle: **“Que me bese con los besos de su boca”** (Ct 1). **“¡Gocémonos, Amado!, y vámonos a ver en tu hermosura al monte y al collado do mana el agua pura; entremos más adentro en la espesura”**. (Cántico 36). Orar es cultivar el enamoramiento.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR LA NAVIDAD

24 de diciembre de 2015



Orar la Navidad es contemplar con asombro cómo Dios entra y se instala en la historia a ras de suelo, para ser **“Dios-con-nosotros”**. Jesús humanado es portador de un caudal de riqueza, esparciendo signos de resurrección en cada persona. Jesús viene a entregar su vida para ser nuestro alimento: **“El pan que yo daré es mi carne para la vida del mundo”**. Viene como **“luz del mundo”**, mirarle a Él será disipar las tinieblas. Penetrados de Evangelio podremos realizar las obras de la luz, las Bienaventuranzas del Reino.

Jesús mismo es la vida que lo renueva todo, vivificándonos con el poder de su palabra y sus obras: **“Yo he venido para que tengan vida, y la tengan abundante”**. Dios nos da más de lo que podemos imaginar. Recibirle como salvador es acoger la sobreabundancia de su amor misericordioso, aumentar nuestra calidad de vida para ser repartida.

La oración que contempla el misterio de la Encarnación descubre la presencia de Dios en el corazón de la humanidad. Dios se hace carne en Jesús, para que el ser humano sea carne de Dios, que se da a los hermanos. Hijos de Dios que vivimos radicalmente comprometidos a realizar vida de Dios en el mundo.

La oración lleva a buscar el rostro de Dios cara a cara, y se nos muestra en Jesús. Contemplando la humanidad de Jesús, contemplamos todo lo que es Dios en su divinidad: **“misericordia vultus”**. Mirar a los hermanos, sabiendo ver a Jesús en ellos, es celebrar Navidad.

Anna Seguí ocd

Hablemos de ORACIÓN

LABRAR LA TIERRA DEL CORAZÓN

2 de enero 2016



Cuando se me apodera el descuido, dejo que la dispersión alcance mi mente y la distracción mi pensamiento. El corazón se olvida de Dios. Percibo que me torno tierra baldía, reseca, agostada, sin agua. Siento que se muere mi alma, languideciendo dentro de mí.

Solo volviendo a la oración, recogíendome en mi aposento interior, con atención amorosa y gusto por encontrarme con Jesús, me vuelvo a disponer para recibir las bondades que Él siempre me quiere regalar, haciéndome productiva, recuperando la alegría.

“El que pone la mano al arado y sigue mirando atrás, no sirve para el reino de los cielos” (Lc 9,62). La tierra del corazón debe ser surcada por la reja del arado, con actitud decidida, mano firme y ojos fijos en Cristo. Trazar el surco, profundamente labrado, revolviendo la tierra, tornándola blanda y esponjada, disponiéndola para la buena siembra. Semilla del reino de Dios. **“Salió un sembrador a sembrar” (Lc 8,5).** **“Al ir iban llorando llevando la semilla” (Sal 126).**

Orar es recrear el huerto del corazón. Cuidado, dedicación y trabajo. Regar con el agua del Espíritu. Él es quien se encarga de hacer germinar el grano sembrado. **“Si el grano de trigo no cae en tierra y muere, queda infecundo; pero si muere, da mucho fruto” (Jn 12,24).** El orante se fía de Dios, que, a su tiempo, hará brotar la espiga, viendo con asombro, producir el ciento por uno. **“Al volver vuelven cantado, trayendo sus gavillas” (Sal 126).**

Anna Seguí, ocd

Hablemos de ORACIÓN

DECIRES ORANTES

10 de enero 2016



*Cada toque amoroso dilata el corazón. Cada toque al entendimiento dilata la comprensión. Atajando la soberbia acrece la humildad.

*Jesús, descanso en Ti lo que es cansancio en mí. Respirarte a Ti es hálito de vida para mí.

*Dice el Eclesiastés: **“Tiempo de callar, tiempo de hablar”** (Ecl 3,7). Mas, siempre es tiempo para atender y escuchar.

*En lo secreto y oscuro, Dios labra la piedra. Manoseando el barro, moldeando la arcilla, algo nuevo va a suceder.

*Soltar amarras, salir a navegar. Solitaria la barca, anchuroso el mar. Atreverse a entrar en la inmensidad. A la intemperie, al abrigo de cielo y mar.

*Se ahoga mi voz en la arena. Me consuela ver el mar...

*Asoma una lágrima, verter el llanto. La alegría viene detrás.

*Lo esencial emana de lo profundo.

*Penetrar en la Palabra, acogerla en el corazón. Impregnarnos de la misericordia de Dios.

Anna Seguí, ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR CON LOS SALMOS

17 de enero 2016



Los salmos son el espejo del alma humana. Recogen todo el ser y el sentir del corazón. Nuestra grandeza y pequeñez queda expuesta ante Dios. Con estas oraciones expresamos el gemido, el llanto, el dolor, las rebeldías y violencias, los desalientos, la esperanza y confianza, las tribulaciones, la alegría. También la sed de Dios, a través del canto o el lamento. Todo lo que anida en el fondo del alma humana queda reflejado en los 150 salmos que conforman el libro.

En los salmos asoma la belleza de la vida y las sombras de la muerte. Y, sobre todo, la gran confianza mutua entre Dios y sus hijos, fidelidad por parte de Dios siempre, traición por parte del hombre muchas veces.

Los salmos lloran el pecado y muestran el arrepentimiento, saborean el perdón, cantan la victoria, bailan la alegre esperanza, gozan la paz, alaban las maravillas de la creación y su Creador. Muerte y vida se debaten en el bullir del alma de este pequeño ser que somos las personas ante el gran Ser que nos ha creado. Todo se halla en los salmos. Nada dejan por decir del lamento y la aflicción que nos atormentan, de la esperanza que nos alienta, de la alegría que nos envuelve, y de la felicidad a la que aspiramos.

Los salmos son palabra de Dios. La belleza de su rezo es inspiración del Espíritu Santo. Nos unen en la oración con todos los cristianos, y también con los judíos, que igualmente los proclaman.

Anna Seguí, ocd

Hablemos de ORACIÓN

COMO UN FARO

24 de enero 2016



Santa Teresa, al hablar de oración, tomó como referente la tierra. Ella era una mujer de tierra, y de tierra adentro, de Castilla. Yo soy una mujer de mar, y de mar adentro. De una isla que tiene siete faros, como siete centinelas vigilantes en las oscuras noches del mar. Contemplando los faros, consideré que ser orante es ser como un faro.

Los faros son estables, firmes, solitarios, permanecen siempre con fidelidad vigilante. Alumbrando en la oscuridad, son aviso que señala puerto de salvación para las naves que surcan los mares en las oscuras noches de los tiempos. El faro no es la salvación, el faro señala con humilde certeza que cerca hay refugio seguro, puerto de salvación.

Los faros se parecen al Bautista que señala con el dedo y pregona seguro: **“ved ahí al cordero”**. Ser orante es permanecer, como los faros, en estos lugares estratégicos, solitarios, expuestos a todos los vientos y a todas las tempestades del mar, para ser, en la noche oscura de la humanidad, una pequeña luz que señala puerto de salvación: **Jesús**. La oración es un faro iluminador de verdades, guiador de caminos, orientador de vida para el evangelio.

Orar nos pone firmeza para permanecer cimentados en la roca. Nos mantiene vigilantes en la noche oscura para que el faro de nuestra fe alumbre, señale y avise, a los hombres y mujeres de buena voluntad que buscan encontrarse con el Señor. Ser un humilde y sencillo faro nos baste.

Anna Seguí, ocd

Hablemos de ORACIÓN

ORAR NO ES IMPORTANTE

*14 de febrero 2016
I Domingo de Cuaresma C*



Sí, has leído bien... orar no es importante. Orar es algo que merece la pena. Es más, orar es algo esencial: algo que pertenece al fondo común humano. Oramos porque hay un misterio sin resolver dentro de nosotros. Porque hay algo prendido que no se suelta ni nos suelta, y ese algo es Dios que siempre está aguardando dentro de nosotros, como una llamada más honda en la propia vida.

Orar no es importante... pues orar es vivir en relación, y las relaciones que amamos no entran en esa categoría de 'cosas importantes que hay que hacer'. Están en otra zona del ser, donde se encuentra lo más entrañable para nosotros, que es lo que va configurando nuestra persona. Si la oración no está en esa zona, si es algo que practicamos, un añadido que hacemos de vez en cuando, nos descubriremos haciendo esfuerzos o propósitos con fecha de caducidad muy corta. Y, además, disfrutaremos muy poco. O bien, si tenemos una gran fuerza de voluntad (o un buen horario) y perseveramos, terminaremos preguntándonos por qué, después de orar durante muchos años, nuestro corazón no se parece un poco más al de Jesús.

El Papa Francisco señaló que la cuaresma es un camino de formación del corazón. Es un tiempo para rezar así: ¡Jesús, haz nuestro corazón semejante al tuyo! Porque, si la oración es una relación auténtica, nos transformará. Solo las buenas relaciones nos hacen evolucionar hacia la mejor versión de nosotros mismos.

Este tiempo de cuaresma puede ser una ocasión preciosa para renovar nuestra relación con Jesús. Porque la oración siempre propone un paso adentro en la alegría. Y lo propio de la cuaresma no son las restricciones, sino recuperar y desplegar la alegría.

Gema Juan, ocd