

Thomas Keating, *Lecturas Diarias para la Vida Contemplativa*  
Envío 44, octubre 29 a 4

## Octubre 29

### El Foco de la Oración Centrante

Así podré conocerlo a Él.  
(*Filipenses 3:10*)

El foco de la Oración Centrante es Jesucristo. Esto significa que, cuando nos sentamos con fe y nos abrimos a la plenitud de la presencia de Dios en nuestro interior, nos hacemos parte de la dinámica del Misterio Pascual. En otras palabras, cuando dejamos de actuar desde nuestro falso yo y desde los programas emocionales para lograr la felicidad y entramos deliberadamente en el silencio y la soledad durante el tiempo que dedicamos a la Oración Centrante, nos estamos sumergiendo de una manera especial en el misterio Pascual. El misterio Pascual es la pasión, muerte y resurrección de Cristo, la manifestación más amplia de quién Dios es, en la medida en que puede ser expresada en términos humanos. En medio de los miembros de una comunidad que practican la Oración Centrante juntos, está el Cristo Resucitado.

### **Filipenses 3:10**

Así podré conocerlo a él, conocer el poder de su resurrección y participar de sus sufrimientos, hasta hacerme semejante a él en la muerte, a fin de llegar, si es posible, a la resurrección de entre los muertos.

+++

**Octubre 30**

**Vinculándonos a Toda la Familia Humana**

Con un solo corazón ... glorifiquen a Dios

*(Romanos 15:6)*

Una vez que emprendemos el camino espiritual ya no existe una oración meramente privada. Nuestra oración se vuelve una participación en los gemidos del Espíritu por todas las intenciones y necesidades de la familia humana. Esto no significa que no oremos por nuestros seres queridos en otros momentos. Pero sí significa que, durante los períodos de Oración Centrante, entramos en un sentido de unidad con todos los que están experimentando la gracia, y con toda la familia humana. A veces es posible que seamos capaces de sentir ese vínculo. Ese vínculo es el corazón y el alma de una comunidad cristiana.

**Romanos 15:5-6**

Que el Dios de la constancia y del consuelo les conceda tener los mismos sentimientos unos hacia otros, a ejemplo de Cristo Jesús, para que, con un solo corazón y una sola voz, glorifiquen a Dios, el Padre de nuestro Señor Jesucristo.

+++

**Octubre 31**

**La Oración Centrante – Nuestro Verdadero Yo –**

**La Mente de Cristo**

Tú me infundes ánimo

*(Salmo 119:32)*

La presencia de Dios nos acompañará en la vida diaria, bien sea en otras formas de oración, en nuestras relaciones, o en nuestro lugar de trabajo. Sin intentarlo, sino simplemente estando en Dios cuando desempeñamos nuestras funciones diarias, ejercemos una suerte de apostolado. Hasta al hacer bromas podemos estar derramando gracia a la atmósfera y a los demás. Todas nuestras actividades deben provenir de este centro. La Oración Centrante no sólo tiende a acceder a nuestra naturaleza espiritual sino también a expresar el verdadero yo. Actuamos desde una libertad interior que, cada vez más y sin pensar en ello, expresa la mente de Cristo en nuestra propia vida diaria, gracias a que surgen y se derraman los frutos del Espíritu y las Bienaventuranzas.

**1 Corintios 2:16**

Nosotros tenemos la mente de Cristo.

+++

# Noviembre: Despertares

## Noviembre 1

### Orando las Escrituras con Otros

Entonces les abrió la inteligencia

*(Lucas 24:45)*

Orar las Escrituras junto con otros puede considerarse como una especie de Liturgia de la Lectio Divina, o, mejor aún, como una especie de “Liturgia de la Palabra” compartida. Orar las Escrituras junto con otros generalmente sucede de este modo: se lee un pasaje tres o cuatro veces, seguidas de dos o tres minutos de silencio. Después de cada lectura, los participantes consideran interiormente el texto de maneras específicas. Después de la primera lectura se concentran en una palabra o frase. Después de la segunda lectura reflexionan acerca del significado o sentido del texto. Después de la tercera lectura responden haciendo una oración espontánea. Luego de la cuarta lectura simplemente descansan en la presencia de Dios, y luego del periodo de silencio los que así lo desean son invitados a compartir brevemente acerca del texto... Es más apropiado tener esta Liturgia de la Palabra luego de un período de Oración Centrante que tenerla antes. Sobre todo, las dos prácticas no deben combinarse, porque cada una tiene su integridad y su carácter único.

### Mateo 18:20

Les aseguro que todo lo que ustedes aten en la tierra quedará atado en el cielo, y lo que desaten en la tierra quedará desatado en el cielo.

+++

**Noviembre 2**

## **La Práctica Clásica de la Lectio Divina.**

Me harás conocer el camino de la vida,

*(Salmo 16:11)*

La práctica clásica de la Lectio Divina, sin embargo, se divide según dos maneras de hacerla: la monástica y la escolástica. La manera escolástica divide el proceso que sigue a las cuatro lecturas de un pasaje de las Escrituras en etapas o pasos en un esquema jerárquico... lectio [enfocada en una palabra o frase]... meditatio [reflexión sobre el texto]... oratio [respuesta a la reflexión]... contemplatio [cada tanto pasar a un estado de descanso en Dios]... El método escolástico es apropiado para aprender la lectio Divina en un principio, pero en cierto punto, cuando las personas han comprendido de qué se trata, es momento de probar el método monástico, porque está orientado, desde un principio, a descansar en Dios, estableciendo en nosotros una actitud de escucha.

### **Salmo 16:11**

Me harás conocer el camino de la vida, saciándome de gozo en tu presencia, de felicidad eterna a tu derecha.

+++

**Noviembre 3**

## **La Manera Monástica de hacer Lectio Divina.**

Huesos secos, escuchen la palabra del Señor.

*(Ezequiel 37:4)*

La manera monástica de hacer Lectio Divina es un antiguo método que fue practicado primeramente por las Madres y Padres del Desierto, y más tarde en los monasterios tanto de oriente como de occidente. Está orientado a la oración contemplativa. En la manera monástica de hacer Lectio Divina escuchamos la forma en la que Dios se dirige a nosotros en un texto particular de la Escritura. No hay etapas, escalas o pasos en la Lectio Divina; en cambio hay cuatro *momentos* a lo largo de la circunferencia de un círculo. Todos los momentos del círculo están unidos unos con otros en un esquema horizontal e interrelacionado, así como con el centro, que es el Espíritu de Dios que nos habla a través del texto y en nuestro corazón. Prestar atención a cualquiera de los cuatro momentos es estar en relación directa con todos los demás. Desde esta perspectiva, podemos comenzar la práctica en cualquier momento alrededor del círculo, y movernos fácilmente de un “momento” al otro, según la inspiración del Espíritu.

### **Ezequiel 37:4**

Él me dijo: «Profetiza sobre estos huesos, diciéndoles: Huesos secos, escuchen la palabra del Señor. Así habla el Señor a estos huesos: Yo voy a hacer que un espíritu penetre en ustedes, y vivirán.

+++

## Noviembre 4

# Escuchar las Escrituras

Ojalá hoy escuchen la voz del Señor  
(*Salmo 95:7*)

Los antiguos monjes leían las Escrituras en voz alta, así que, de hecho, estaban escuchándolas. Entonces elegían una frase (o, como máximo, una oración) que les había impresionado. Se quedaban con esa frase u oración sin pensar en etapas ni seguir un esquema predeterminado, sino sólo escuchando y repitiendo, una y otra vez, lentamente, el mismo texto breve. Esta disposición receptiva permitía que el Espíritu Santo ampliara su capacidad de escucha. A medida que escuchaban podían captar una nueva profundidad en el texto o un significado más amplio. Comprender algo en particular podía ser especialmente apropiado para ellos, para alguna situación específica de su vida o para los eventos del día. Según las Escrituras, el Espíritu nos habla cada día.

### **Salmo 95:7**

Ojalá hoy escuchen la voz del Señor: “No endurezcan su corazón”

+++