



Extensión Contemplativa Internacional
Unidos en Oración Centrante
Regresando a las Raíces



“Pero tú, cuando ores, entra en tu habitación privada, cierra la puerta y ora a tu Padre en secreto. Y tu Padre, que ve lo que haces en secreto, te recompensará. Y al orar no repitan ustedes palabras inútiles, como hacen los paganos, que se imaginan que cuanto más hablen más caso les hará Dios. No sean como ellos, porque su Padre ya sabe lo que necesitan...” (Mateo 6: 6-8)

“Tu, porém, quando orares, entra no teu quarto, fecha a porta e ora ao teu Pai que está no escondido. E o teu Pai, que vê no escondido, te dará a recompensa. E ao orar, não useis de muitas palavras, como fazem os pagãos. Eles pensam que serão ouvidos por força das muitas palavras. Não sejais como eles, pois o vosso Pai sabe do que precisais, antes de vós o pedirdes”. (Mateus 6,6-8)

Textos tomados de Thomas Keating, Introducción a *Mente Abierta*, *Corazón Abierto*, edición del 20 aniversario.

El propósito fundamental de la Oración Centrante y de Extensión Contemplativa, la red espiritual que la sostiene, es contribuir a llevar el conocimiento y la experiencia del amor de Dios a la consciencia general de la familia humana.

La oración contemplativa es un proceso de transformación interior, una conversión iniciada por Dios y que conduce, si consentimos, a la unión divina. En este proceso cambia la forma de ver la realidad. Se produce una reestructuración de la consciencia que faculta para percibir, relacionarnos, y responder a la vida cotidiana con una sensibilidad cada vez mayor a la Presencia Divina en, a través y más allá de todo lo que sucede.

Textos retirados de Thomas Keating, Introdução à Mente Aberta, Coração Aberto, Edição do 20º Aniversário.

O propósito fundamental da Oração Centrante e da Extensão Contemplativa, a rede espiritual que a sustenta, é contribuir para levar o conhecimento e a experiência do amor de Deus à consciência geral da família humana.

A oração contemplativa é um processo de transformação interior, uma conversão iniciada por Deus e que conduz, se consentirmos, à união divina. Nesse processo, a forma de ver a realidade muda. Produz-se uma reestruturação da consciência que nos permite perceber, relacionar-nos e responder à vida quotidiana com uma sensibilidade cada vez maior à Presença Divina em, através e além de tudo o que acontece.

Según la tradición cristiana, la contemplación es un puro don de Dios. Hablar de ella como puro don, sin embargo, requiere matizarse, para no dar la impresión de que está fuera de alcance y que sólo está disponible para las personas enclaustradas, los eremitas, o los que llevan una vida muy austera. Al contrario. *La contemplación es un componente fundamental de la naturaleza humana y, por lo tanto, está disponible para todo ser humano.* Se accede a ella dejando de lado nuestra propia idea de nosotros mismos, entregando nuestra voluntad a Dios y descansando en la Inhabitación Divina que ya está presente en nosotros y esperando para revelárenos. Los períodos regulares de silencio y soledad pueden predisponernos a extender nuestro consentimiento a la presencia de Dios a cada momento de nuestra vida cotidiana, y así reducir la influencia del falso yo (el "hombre viejo" de San Pablo) que retarda el proceso transformador de la gracia.

Segundo a tradição cristã, a contemplação é um puro dom de Deus. Falar dela como puro dom, porém, requer nuances, para não dar a impressão de que está fora do alcance e que só está disponível para pessoas enclausuradas, para os eremitas ou para os que levam uma vida muito austera. Ao contrário. *A contemplação é um componente fundamental da natureza humana e, portanto, está disponível para todo ser humano.* Acedemos a ela deixando de lado nossa própria ideia de nós mesmos, entregando nossa vontade a Deus e descansando na Inabituação Divina que já está presente em nós e esperando para se revelar a nós. Os períodos regulares de silêncio e solidão podem predispor-nos a estender nosso consentimento à presença de Deus a cada momento de nossa vida cotidiana e assim reduzir a influência do falso eu (o “homem velho” de São Paulo) que retarda o processo transformador da graça.

La Oración Centrante es un movimiento del Amor Divino destinado a renovar la tradición contemplativa cristiana. Consiste en responder a la llamada del Espíritu Santo a que consintamos a la presencia y acción de Dios en nuestro interior.

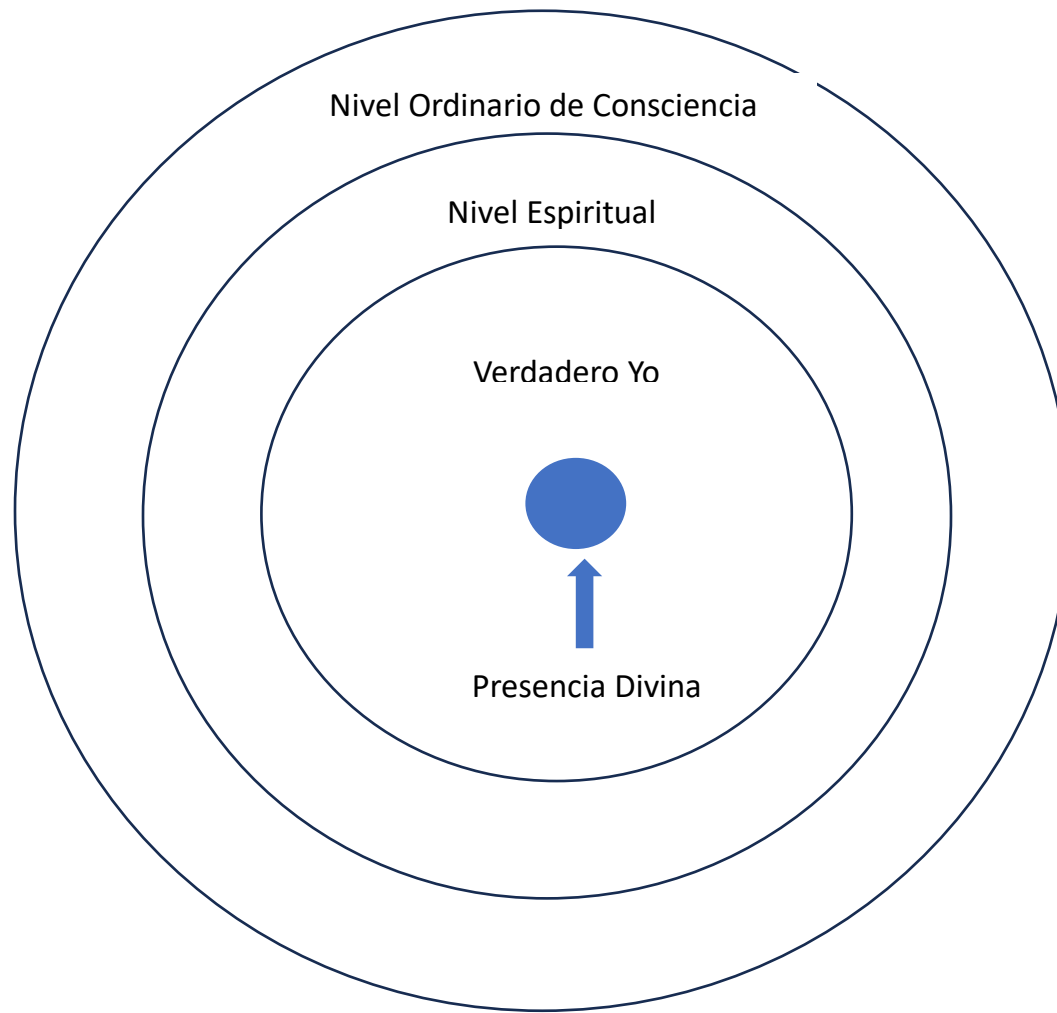
Se basa en el formato del modo profundo de oración que Jesús sugiere en Mateo 6:6. Noten el movimiento gradual en este texto hacia estados cada vez más hondos de silencio: 1) Dejar atrás el tumulto externo, el ambiente en el que nos encontramos y las preocupaciones del momento para entrar en nuestro cuarto interior, el nivel espiritual de nuestro ser, el nivel de la intuición y la voluntad espiritual. 2) Cerrar la puerta, es decir, cerrar y apagar la conversación interior que normalmente tenemos con nosotros mismos durante todo el día mientras juzgamos, evaluamos y reaccionamos a las personas y eventos que entran y salen de nuestra vida. 3) Orar en secreto al Padre que nos habla más allá del sonido de las palabras...

A medida que Dios da vida a la "nueva creación" en el silencio interior, es decir, al nuevo *tú*, con la visión del mundo que Cristo comparte en un silencio profundo, su visión de las cosas se vuelve más importante que la nuestra. Entonces Dios nos pide que vivamos esa nueva vida en las circunstancias de la vida cotidiana, contradicha por la agitación, la oposición y las ansiedades de todo tipo. Éstas parecen perseguirnos porque nos sentimos llamados a estar a solas, a saborear ese silencio. Pero necesitamos enfrentarnos a las vicisitudes de la vida cotidiana. La alternancia entre la oración contemplativa y la acción externa las integra gradualmente y nos establece en la dimensión contemplativa del Evangelio, que es un estado de conciencia nuevo y transformado (el estado contemplativo). La dimensión contemplativa del evangelio se manifiesta en una unión cada vez más profunda con el Cristo vivo y en el cuidado práctico por los demás que brota de esta relación.

A Oração Centrante é um movimento do Amor Divino que visa renovar a tradição contemplativa cristã. Consiste em responder ao chamado do Espírito Santo de que consintamos na presença e na ação de Deus em nosso interior.

Baseia-se no formato do modo profundo de oração que Jesus sugere em Mateus 6:6. Observem o movimento gradual neste texto em direção a estados de silêncio cada vez mais profundos: 1) Deixar para trás o tumulto externo, o ambiente em que nos encontramos e as preocupações do momento para entrar em nosso quarto interior, o nível espiritual do nosso ser, o nível da intuição e da vontade espiritual. 2) Fechar a porta, ou seja, fechar e desligar a conversa interna que normalmente temos com nós mesmos ao longo do dia, quando julgamos, avaliamos e reagimos às pessoas e aos acontecimentos que entram e saem da nossa vida. 3) Orar em segredo ao Pai que nos fala mais além do som das palavras...

À medida que Deus dá vida à “nova criação” no silêncio interior, isto é, ao novo ‘Tu’, com a visão do mundo que Cristo compartilha em profundo silêncio, Sua visão das coisas torna-se mais importante do que a nossa. Então, Deus nos pede para vivermos essa nova vida nas circunstâncias da vida cotidiana, contrariada por turbulências, oposições e ansiedades de todos os tipos. Estas parecem nos assombrar porque nos sentimos chamados a estar sozinhos, a saborear esse silêncio. Mas precisamos enfrentar as vicissitudes da vida cotidiana. A alternância entre a oração contemplativa e a ação externa integra-as gradualmente e estabelece-nos na dimensão contemplativa do Evangelho, que é um estado de consciência novo e transformado (o estado contemplativo). A dimensão contemplativa do Evangelho manifesta-se numa união cada vez mais profunda com o Cristo vivo e no cuidado prático pelos outros, que brota desta relação.



Niveles de Consciencia