**Cultivar una vida de contemplación**

***Contemplación (Ignaciana) del Evangelio***

Un pilar importante de la espiritualidad ignaciana es utilizar la imaginación al orar con las Escrituras, en especial, al orar con los pasajes del Evangelio.

La imaginación de San Ignacio desempeñó un papel importante en su propia experiencia de conversión.

* Mientras convalecía en cama durante meses después de ser herido en batalla, experimentó diferentes tipos de sueños despiertos y notó los efectos que estos tenían en su alma.
* Al principio, estas imaginaciones se centraban en conquistar a una dama en particular después de su recuperación, y estos pensamientos lo hacían muy feliz mientras los imaginaba. Como resultado de leer la vida de Cristo y un libro sobre las vidas de los santos, el joven Ignacio también imaginaba sobre seguir los pasos de San Francisco y Santo Domingo, y estos pensamientos encendieron su corazón.
* Sin embargo, con el tiempo notó una diferencia importante: aunque los ambos tipos de fantasías lo entretenían mientras las imaginaba, cuando cesaban los sueños vanos y mundanos, se sentía triste e insatisfecho, mientras que, al cesar los santos deseos de imitar a los santos, quedaba alegre y en paz.

Las personas difieren en sus habilidades imaginativas, o al menos en los tipos de imaginación que ellos tienen.

* Algunas personas pueden visualizar con facilidad y en colorido detalle un pasaje completo del Evangelio.
* Otras personas tienen una vívida imaginación auditiva y pueden imaginar conversaciones completas.
* Algunas no visualizan ni escuchan con claridad, pero pueden percibir la historia y los personajes de maneras difíciles de expresar con palabras.
* Si bien algunas personas se sienten más cómodas o se les da de forma más natural la contemplación ignaciana, todos tenemos una imaginación ¡Si puedes disfrutar de una buena historia, tienes una imaginación creativa para la oración!

¿Por qué el uso de nuestra facultad imaginativa es un método eficaz para orar?

* Las palabras y las acciones de Jesucristo están presentes en cada persona a través de la historia de la salvación, porque son las palabras y acciones de una persona que existe eternamente. Cristo puede venir a nuestro encuentro hoy a través de lo que dijo e hizo en su historia humana. Los misterios que Él vivió en carne propia, mantienen de forma misteriosa, su realidad y eficacia en el Jesús resucitado y glorificado.
* Meditar de forma constante sobre las palabras y hechos históricos de Jesús, tal como se narran en los Evangelios, produce una formación o conocimiento interior que nos permite imitar a Cristo en nuestra vida cotidiana, en las situaciones concretas que vivimos hoy.
* Al meditar sobre los misterios de la vida de Cristo, se me invita a ver, sentir y saborear todo lo que Él es: sus palabras, sus acciones, sus actitudes interiores, su forma de enfrentar los desafíos, y su forma de cumplir con fidelidad su misión. Es necesario mirar largamente y con amor al Señor, descansar en su ministerio y dejar que este penetre profundamente en el corazón. Veamos a los personajes del Evangelio, escuchemos lo que dicen y meditemos sus acciones.
* Usar nuestra imaginación al contemplar un pasaje bíblico nos anima a ir más allá de un pensamiento abstracto sobre Jesús, para así encontrarlo y experimentarlo. La misma persona, Jesucristo, que interactuó con seres humanos hace 2000 años, es la misma persona que ha resucitado y está vivo hoy, y que continúa encontrándose con cada persona que Él ha creado, con cada discípulo que lo sigue ahora.
* La contemplación ignaciana del Evangelio puede ayudarnos a hacer que el Jesús de los Evangelios se convierta en *nuestro* propio Jesús, en *mi* Jesús. Él no permanece simplemente como una figura histórica, sino que se relaciona conmigo como el Señor, como el Salvador, como un hermano y amigo, de una forma única y personal. En mi imaginación, Jesús puede mirarme, hablarme e interactuar conmigo de formas que él no elige con otras personas. No necesito quedarme con el contenido literal del texto bíblico, porque el mismo Espíritu Santo que inspiró la Biblia, es quien ahora inspira mi oración para que esta tome vida por sí misma. No temas ir más allá de los que presenta un pasaje del Evangelio.
* Orar con nuestra imaginación nos permite conocer al Señor (y a otras personas de las Escrituras) de una forma que el simple estudio bíblico o teológico no puede ofrecer. Por medio de la oración imaginativa, Cristo puede llegar a lo más profundo de nuestro cuerpo, corazón y alma, donde la inteligencia por sí misma no podría llegar. Nuestros sentimientos y nuestra voluntad pueden ser tocados profundamente por la oración imaginativa, y a veces, la conversión radical y la sanación ocurren con mayor facilidad.

Nuestra imaginación puede emplearse de manera provechosa para orar por las realidades que no están registradas en los Evangelios, como la vida oculta de Jesús.

* Jesús pasó la mayor parte de su vida terrenal en Nazareth, obedeciendo humildemente a sus padres terrenales. Ellos compartieron un hogar, formaron una familia: la Sagrada Familia.
* Podemos viajar con la imaginación a Nazareth, acercarnos a la casa y tocar su puerta. ¿Quién nos abre la puerta? Tal vez la Santísima Virgen nos invita a pasar, nos ofrece una taza de té y tiene una conversación con nosotros. Puede que te unas a la familia durante una comida. Puede que sea el sábado y estén presentes los parientes de Jesús, y de esta manera conozcas a algunos de ellos, canten juntos en la mesa, compartan una comida y luego suban al techo con Jesús y José, el techo plano típico de las tierras desérticas, para tener una conversación mientras contemplan el cielo estrellado.
* En nuestra imaginación, podemos jugar con Jesús y sus amigos del pueblo, convirtiéndonos en niños nosotros mismos, o tal vez jugando con ellos desde nuestra perspectiva actual como adultos. Podemos ver al niño Jesús y a José trabajando juntos en un proyecto en el taller de carpintería, e incluso echarles una mano. ¿Qué están creando juntos?
* Podemos dar un largo paseo junto a Jesús, siendo aún joven, por el bello campo de Galilea, tan parecido a algunas partes de California, y escucharlo compartir sus sueños y aspiraciones, sus preocupaciones y luchas como joven… sentir su humanidad y su esperanza.
* Meditar sobre la vida oculta de Jesús y sobre las relaciones de amor y armonía en la Sagrada familia puede traer sanación a nuestros corazones, en especial, si hemos sido lastimados por nuestras propias experiencias familiares y de la niñez. ¿Y quién no tiene al menos algunas cicatrices de esos primeros años de formación?

¿No es acaso esta una oración imaginativa simplemente una fantasía inventada o un sueño despierto, en lugar de una oración genuina? ¿Cómo sé que proviene de Dios y no solo de mí?

* Confía en que Dios te dio una imaginación como parte de tu naturaleza humana por una razón.
* Confía en la tradición: grandes santos utilizaron este método de oración.
* Discierne sobre los frutos: ¿Esta oración aumenta nuestra fe, esperanza y amor? ¿Aumenta nuestro deseo de conocer, amar y seguir a Jesús?