

### Oración... y "descansar en el Señor"

“Venid a mí todos los que estáis cansados y agobiados, y yo os haré descansar”. Igual que otras frases de Jesús en el Evangelio, también ésta (Mt 11, 28) me hace pensar... ¿por qué no puede ser una experiencia real esta promesa de Jesús? Por eso te propongo esta vez que en alguna ocasión tu oración sea un momento de “descansar en el Señor”. Seguramente muchas veces lo ha sido, y quizás no has sido consciente de ello. La propuesta es que lo hagas de manera consciente...

1. Hago silencio en mi interior...

2. ...siento que estoy en la presencia del Padre... y en la compañía de Jesús. Ante Él repaso las cosas de las que necesito y quiero “descansar en el Señor”. Lo voy repasando, lo pongo en sus manos... con calma... sin ansia ni prisa... Me dejo “descansar”...

3. Puedo contemplar después palabras o frases breves, que voy repitiendo interiormente, del estilo “Solamente en Dios está acallada mi alma”, o “Reposa solamente en Dios, alma mía” (del salmo 62); “me haces vivir en paz”... “haces de mí una persona de paz”...