

La contemplación

# Herramienta de oración: Cómo emprender un peregrinaje

## ¿Qué es?

La práctica del peregrinaje puede ayudarte a profundizar en tu vida de oración. Esta herramienta de oración te ayudará a comenzar a integrar el peregrinaje en tus ritmos.

## ¿Por qué?

*“Solvitor ambulando”* (las cosas se resuelven caminando) San Agustín.

## Referencia bíblica

*“Dichoso el que tiene en ti su fortaleza, que solo piensa en recorrer tus sendas. Cuando pasa por el valle de las Lágrimas lo convierte en región de manantiales; también las lluvias tempranas cubren de bendiciones el valle.*

*Según avanzan los peregrinos, cobran más fuerzas”.* Salmo 84:5-7

---

## Una pequeña introducción a Cómo emprender un peregrinaje

La actividad humana colectiva más grande de la tierra es el peregrinaje. 300 millones de personas alrededor del mundo emprenden un viaje de búsqueda espiritual cada año. Un cuarto de millón hacen el Camino de Santiago anualmente.\*

Desde el punto de vista cristiano esto no debería sorprendernos. Dios nunca ha permanecido estático. Él siempre se está moviendo y Él siempre está llamando a la gente a moverse. Parece ser que nuestro Creador ha puesto el peregrinaje en los corazones de los que llevan su imagen, y mientras se desarrolla la historia de Dios, somos testigos de que cómo Él les llama a aventurarse a las montañas y los valles.

Nuestros antepasados bíblicos llegaron a abrazar el peregrinaje como un arte y una disciplina. Por lo tanto deberíamos hacer lo mismo - porque así es como “avanzamos” y “cobramos fuerzas”. Tenemos que escoger activa y deliberadamente caminar, paso a paso.

Algunas cosas necesitan ser oradas, habladas, abandonadas, porque como dice el gran teólogo judío, Abraham Heschel: “la fe no es aferrarse a un santuario sino un peregrinaje interminable del corazón”.

El movimiento geográfico exterior de la peregrinación refleja el viaje interior del corazón, que corresponde de manera natural con el proceso de cambio interior, los nuevos comienzos, el dolor y la desorientación.

Mientras nos movemos físicamente podemos prestar atención a nuestras emociones y lentamente comenzar el proceso de desentrañarlas.

## **Hazlo: Emprende un peregrinaje**

Hay muchas formas de introducir la práctica del peregrinaje en tu vida.

De forma sencilla quizá quieras desarrollar un ritmo regular de caminar por un parque cerca de tu casa, conducir hasta un monasterio cercano en tu día de descanso, volar a otro país durante unos días para encontrarte con amigos y visitar algunos lugares de interés.

Sea como fuere, en los momentos especiales de transición en la vida, ¿por qué no planificar un peregrinaje a largo plazo?

Quizá estés a punto de terminar el instituto y comenzar la universidad: pasa el verano viajando en tren por Europa. No porque lo estén haciendo tus amigos sino porque quieres descubrir a Dios de nuevas formas y procesar con Él cómo puede ser tu futuro.

Quizá estés a punto de cumplir años, cambiar de década, o tus hijos se van a independizar, o te vas a jubilar - ¿por qué no planificar en oración esta nueva etapa de la vida apartando tiempo para permitir que Dios te hable?

Puede que incluso quieras hacer un peregrinaje con algunos amigos -planifica hacer El Camino de Santiago o escalar algunos picos altos, o hacer El Camino de San Patricio en Irlanda, ¿o recorrer el país en moto?

Sea lo que sea, piensa en cómo puedes consagrar el tiempo y el espacio de forma intencional para esto, y mientras caminas toma algunas notas, escribe en tu diario y procesa en voz alta con tus amigos por lo que estás agradecido y lo que Dios está trayendo a tu conciencia consciente.

Recuerda mientras caminas, como los dos en el camino a Emaús, que Jesús camina

---

contigo - Su presencia mantiene tu corazón en llamas ¡incluso cuando no estás seguro de que es Él!

## **Libros acerca de emprender un peregrinaje**

- The Way of the Lord - N.T. Wright
- The Sacred Year - Michael Yankoski