

La oración para el cristiano

Rebeca Reynaud

Alexis Carrel afirmaba: Si te acostumbras a la oración, tu vida cambiará profundamente. "El arte de las artes es saber conversar con Dios".

El Cardenal Angelo Comastri relató un encuentro personal con la fundadora de las Misioneras de la Caridad cuando él era un joven sacerdote. Contó que le dirigió una carta después de ser ordenado sacerdote y la respuesta le sorprendió, porque estaba escrita "en un papel muy pobre, en un sobre muy pobre". Tiempo después, el Cardenal Comastri la fue a ver cuando se encontraba de visita en Roma, para agradecerle la respuesta. Cuando se encontró con ella, la Madre Teresa le hizo una pregunta que lo dejó "un poco avergonzado". "¿Cuántas horas al día reza?", le preguntó. Entre 1969 y 1970, recordó, la Iglesia pasaba por una época "conflictiva", por lo que considerándose "casi un héroe", el entonces padre Comastri le explicó que rezaba la Misa diaria, la Liturgia de las Horas y el Rosario. La Madre Teresa le respondió rotundamente: "Eso no es suficiente". "El amor no puede ser vivido de forma minimalista", le dijo, y le pidió que le prometiera hacer media hora de adoración cada día. "Se lo prometí", dijo el Cardenal Comastri, "y hoy puedo decir que esto salvó mi sacerdocio".

En esa ocasión, tratando de defenderse, le dijo a la Madre Teresa que pensaba que ella le iba a preguntar cuánta caridad hacía. Ella le respondió: **"¿Y crees que si no rezara yo sería capaz de amar a los pobres? Es Jesús el que pone amor en mi corazón, cuando rezo"**. El Cardenal Comastri concluyó que "a través de esta pequeña mujer... se nos recuerda que la caridad es el apostolado de la Iglesia, y que la caridad sólo nace si rezamos".

¿Rezará cambia las cosas? ¿Dicen que rezar cambia las cosas, pero es REALMENTE cierto que cambia algo? ¿Rezará cambia tu situación presente o tus circunstancias? No, no siempre, pero cambia el modo en el que ves esos acontecimientos. ¿Rezará cambia tu futuro económico? No, no siempre, pero cambia el modo en que buscar atender tus necesidades diarias. ¿Rezará cambia corazones o el cuerpo dolorido? No, no siempre, pero cambia tu energía interior.

¿Rezará cambia tu querer y tus deseos? No, no siempre, pero cambiará tu querer por el querer de Dios. ¿Rezará cambia cómo el mundo? No, no siempre, pero cambiará los ojos con los que ves el mundo.

¿Rezará cambia tus culpas del pasado? No, no siempre, pero cambiará tu esperanza en el futuro. ¿Rezará cambia a la gente a tu alrededor? No, no siempre, pero te cambiará a ti, pues el problema no está siempre en otros.

¿Rezará cambia tu vida de un modo que no puedes explicar? Ah, sí, siempre. Y esto te cambiará totalmente. Entonces, ¿rezará REALMENTE cambia ALGO? Sí, REALMENTE cambia TODO. (Teresa Vowell).

Jesucristo nos da ejemplo y nos enseña a hacer oración. "Por la mañana, muy de madrugada, dice el Evangelio, salió fuera a un sitio solitario, y allí hacía oración" (Marc 1, 35).). Luego, al narrar la curación del cojo de

nacimiento, la Escritura dice que Pedro y Juan "subían al templo a la oración de la hora nona" (Act, 3,1). Nosotros también podemos buscar al Señor para tener una conversación íntima con él.

El Catecismo de la Iglesia dice que la *oración es un don de la gracia* y una respuesta decidida de nuestra parte. Supone siempre un esfuerzo... Es un combate contra nosotros mismos y contra las astucias del Tentador que hace todo lo posible por separar al hombre de la oración... Se ora como se vive, porque se vive como se ora (n. 2725). Hemos de partir de que "Dios no necesita nuestras obras, pero tiene sed de nuestro amor" (Santa Teresita de Lisieux).

Jesús nos exhorta: "*Cuando vayas a rezar, entra en tu cuarto, cierra la puerta y reza a tu Padre, que está en lo escondido*" (Mt 6,6). Este cuarto no es sólo un lugar material, sino un estado de ánimo, un lugar interior, "lo íntimo del corazón.: San Ambrosio dice: "*Y no pienses que se hable aquí de una habitación delimitada por cuatro paredes, en la que tu cuerpo pueda refugiarse; es también ese cuarto que está dentro de ti mismo, en el que están encerrados tus pensamientos y en el que moran tus afectos. Un cuarto que va siempre contigo y que siempre es secreto*" (San Ambrosio, *Caín y Abel, I, 9,38*).

Lo primero que debemos cuidar al hacer la oración es la puntualidad, para empezar y para terminar, y el recogimiento. Ayuda tomar en cuenta que el Señor nos dice: *Antes de entrar en conversación conmigo, hazte introducir por mi Madre, por San José y por los ángeles. Son como una corte de honor que suplirá tus deficiencias.*

Hay diversos modos de hacer la oración; cada uno debe *escoger el que más le convenga*. Hacemos oración para dar gracias, de petición, de reparación y de adoración. Hay quien parte de la jaculatoria: "*Gracias, perdón, ayúdame más*", o de la oración de Fátima: *Creo en ti, espero en ti, te adoro, te amo, te pido perdón por los que no creen, no esperan, no adoran y no aman.*

Es recomendable llevar algún libro a la oración, por si se nos acaba el tema o por si nos falta inspiración; y uno de los libros que más nos pueden ayudar es el Evangelio, la vida de Jesús. La lectura alimenta la oración. *Escudriñad en la Escritura*, dice Jesucristo.

En su libro *Dios y el mundo*, Benedicto XVI dice que la primera palabra de la regla de San Benito es "escucha": "Escucha, hijo mío, la indicación del maestro". Y Benito añade: "Aguza el oído de tu corazón". Es una invitación a escuchar. Y continúa Benedicto XVI: "El lenguaje de Dios es silencioso. Pero nos ofrece numerosas señales..., mediante amigos, un libro o un supuesto fracaso, incluso mediante accidentes. En realidad, la vida está llena de estas mudas indicaciones. Despacio, si permanezco alerta, a partir de todo esto se va conformando el conjunto y empiezo a percibir cómo Dios me guía" (*Dios y el mundo*, p. 12).

Si no rezo, no se disciernen los espíritus, no entiendo a las almas, ni sé lo que quiere Dios de mí. Si rezo sé lo que es mejor para mí. Hemos de rezar para que se nos ocurran cosas, para tener iniciativas en nuestra vida

interior. Dice Juan Pablo II que si no hay ideas hay poca oración. Benedicto XVI dice: "La creación se hizo para ser espacio de oración".

Al orar, hemos de luchar contra las *distracciones*, que se presentan con frecuencia, a veces porque la persona de al lado hace ruido, otras porque se nos vienen pendientes a la cabeza. La dificultad habitual de la oración es la *distracción*. La distracción descubre al que ora aquello a lo que está apegado su corazón (CEC, 2729).

El demonio quiere que el alma esté floja, tibia, débil, y en lugar de ocuparse de las cosas de Dios, se desvíe a las cosas del barro, por eso trata de que no hagamos oración, ya que sin vida interior no haríamos más que el mal.

La oración, si está bien hecha, es *operativa*, debe ayudarnos a ser mejores en la práctica. Sólo se puede hacer oración cuando buscamos hacer la Voluntad de Dios. Alguien rezaba: "*Señor, tómame como soy, con mis defectos, con mis debilidades; pero hazme llegar a ser como Tú lo deseas*".

La Sagrada Escritura dice: "*Orad sin desfallecer*". Por eso hemos tomar ocasión de todo para hablar con Dios: si suena la sirena de la ambulancia, encomendamos al accidentado; si vemos una película rezamos por el director y los protagonistas; si vamos por la calle podemos ir repartiendo jaculatorias; si nos piden limosna podemos regalarles un Avemaría... Leemos en el periódico que Karen, mexicana, estuvo a punto de morir en el tsunami y, una vez rescatada recibió un e-mail de su esposo: "Gracias por lo feliz que me has hecho", y así se lo decimos también al Señor: "Gracias por lo feliz que me has hecho..., y por los palos que me has dado porque los necesitaba".

La dificultad más seria para progresar en la oración es el desaliento. Los Apóstoles negaron a Jesús y le dejaron porque se durmieron y abandonaron la oración. . La aridez en la oración, en sí, es cosa normal. Lo que importa es la determinación de la voluntad de seguir orando. Libermann advierte: "Lo que pierde a las almas es el desaliento". Lo podemos anular o contrarrestar en la oración, y sobre todo, con la devoción a Santa María.

Dice San Juan de la Cruz, «lo que pretende Dios es hacernos dioses por participación, siéndolo él por naturaleza; como el fuego convierte todas las cosas en fuego» (Dichos 106).

Santa Teresa de Jesús aconseja: "En la oración, lo que cuenta no es pensar mucho, sino amar mucho". Si la oración no es afectiva, no es oración. Y en *Camino de perfección* Santa Teresa escribe que el camino real por el que fue Cristo, nuestro Emperador, fue el de la oración. "Quien os dijere que esto es peligro, tenedle a él por el mismo peligro (...), peligro será no tener humildad y otras virtudes; mas camino de oración camino de peligro, nunca Dios tal quiera" (cap. 36,2). Luego dice: "Será posible que rezando el Paternoster os ponga Dios en contemplación perfecta si lo rezáis bien; que por estas vías muestra que oye al que le habla, y le habla su Majestad" (cap. 41,1). Luego dice: Porque si una persona "no advierte con quien habla y lo que pide y quienes quién pide y a quién, no lo llamo yo oración, aunque mucho menee los labios (...), mas quien tuviese de costumbre hablar con la

majestad de Dios como hablaría con su esclavo, que ni mira si dice mal, sino lo que se le viene a la boca y tiene deprendido por hacerlo otras veces, no la tengo por oración, ni plega a Dios que ningún cristiano la tenga de esta suerte" (*Moradas*, cap. 1, n. 6).

La principal tarea es amar, pero en la relación con Dios, amar es, en primer lugar, *dejarse amar*. Empezar por creer que somos amados. Dejarnos amar supone que aceptamos no ser ni hacer nada. Dejarnos amar como niños pequeños. Ceder a Dios el placer de amarnos. Podemos pedirle a la Virgen nos ayude a mejorar la calidad de nuestra oración; que nos ayude a ponderar, a meditar, a guardar las cosas en nuestro corazón. San Alfonso escribe sobre la Omnipotencia Suplicante: *Ante Dios los ruegos de los santos son ruegos de amigos, pero los ruegos de María son ruegos de Madre*.