

Peregrinos *de* Esperanza

PLAN DE FORMACIÓN 2 APUNTES SOBRE LA ORACIÓN



Apuntes sobre la oración



ARZOBISPADO
DE VALENCIA



<i>Presentación</i>	13
<i>Introducción</i>	16
<i>Oración del Jubileo</i>	19
<i>Cuadernos</i>	
ORAR HOY, UN DESAFÍO A SUPERAR	20
ORAR CON LOS SALMOS	30
LA ORACIÓN DE JESÚS	42
EL VIAJE EN DIOS. SANTOS Y PECADORES EN ORACIÓN	56
LAS PARÁBOLAS DE LA ORACIÓN	70
LA IGLESIA EN ORACIÓN	84
LA ORACIÓN DE MARÍA Y DE LOS SANTOS	96
LA ORACIÓN QUE JESÚS NOS ENSEÑÓ: "PADRENUESTRO"	106



Después de haber vivido el primer tiempo de preparación para la celebración del Año Jubilar 2025, en el que hemos profundizado, en el estudio y la reflexión, en torno a las cuatro grandes constituciones del Concilio Vaticano II, iniciamos en nuestra archidiócesis de Valencia, este segundo tiempo, dedicado a la oración, que abriremos oficialmente, el próximo domingo 22 de septiembre, con la Vigilia Diocesana, que D.M., presidirá nuestro arzobispo D. Enrique, en la Santa Iglesia Catedral.

Al inaugurar el Año de la oración, decía el Papa Francisco, que este tiempo, debía dedicarse a “redescubrir el gran valor y la necesidad absoluta de la oración, en la vida personal, en la vida de la Iglesia y en el mundo”. Igualmente, Monseñor Rino Fisichella, presidente del Pontificio Consejo para la promoción de la Nueva Evangelización, decía lo siguiente: “Este, no es un año con iniciativas particulares, sino, un momento privilegiado para redescubrir el valor de la oración, la necesidad de la oración diaria en la vida cristiana; cómo orar, y, sobre todo, cómo educar a la oración hoy, en la era de la cultura digital, para que la oración sea eficaz y fructífera”.

En una de las cartas, que hace unos meses, dirigió nuestro arzobispo a la diócesis, con motivo del jubileo, titulada: “La oración en la preparación al Jubileo”, nos daba las claves con las que debemos de vivir este tiempo: “Una auténtica iniciación a la oración cristiana, no puede dejar de lado la oración de Jesús (su práctica y sus enseñanzas, especialmente el Padre Nuestro); tampoco puede olvidar la Sagrada Escritura, en la que Dios nos enseña a orar con su misma Palabra revelada; no debería prescindir de la enseñanza de la Iglesia, que, como una madre, cuando enseña a hablar a sus hijos, nos enseña el lenguaje de la fe y de la oración, y finalmente, no debemos ignorar la larga tradición de orantes y místicos que, con su vida y sus obras, han guiado a muchos creyentes hasta las más altas cimas de la santidad”. “Además de esta formación, sería conveniente una intensificación de la vida de oración en las parroquias y comunidades, para agradecer a Dios los múltiples dones de su amor por nosotros, y alabar su obra en la creación, que nos compromete a respetarla y a actuar de forma concreta y responsable para salvaguardarla”.



Para dar respuesta a esta propuesta, y ayudar en la formación y en la práctica de la oración, la Vicaría de Evangelización, a través de la Comisión Preparatoria del Año Jubilar, edita ahora estos materiales, como lo hizo anteriormente con los referidos a las cuatro constituciones conciliares. Esta publicación se ha inspirado en la serie de ocho cuadernos, editados por el dicasterio vaticano para la evangelización, titulada: “Apuntes sobre la oración”.

Esperamos que tenga tanta aceptación como la publicación anterior, y sobre todo, que ayude a la preparación inmediata del gran acontecimiento jubilar.

Juan Melchor Seguí Sarrió
Vicario Episcopal de Evangelización



¿QUÉ, POR QUÉ Y PARA QUÉ, CÓMO?

Teniendo en cuenta las palabras del Santo Padre en su introducción a los ocho cuadernos que se han editado con el título “Apuntes sobre la oración”, os proponemos este material, que no es más que un instrumento para profundizar, sensibilizar y ayudarnos a crecer en nuestra actitud orante.

¿QUÉ ES?

Es un instrumento, elaborado a partir de los ocho cuadernos que, con el título “Apuntes sobre la oración”, han sido realizados por diferentes autores para poder reencontrar la alegría de orar en su variedad de formas y expresiones, ya sea individualmente o en forma comunitaria.

Es un medio para hacer experiencia casi de una “escuela de la oración”, sin dar nada por obvio o por sentado, sobre todo en relación a nuestro modo de orar, pero haciendo nuestras cada día las palabras de los discípulos cuando le pidieron a Jesús: “Señor, enséñanos a orar” (*Lc 11, 1*).

¿POR QUÉ?

Porque la oración es el respiro de la fe, su expresión más profunda. Es como un grito silencioso que sale del corazón de quien cree y se confía a Dios.

En nuestro tiempo se revela cada vez con más fuerza la necesidad de una verdadera espiritualidad, capaz de responder a los grandes interrogantes que cada día se presentan en nuestra vida, provocados también por un escenario mundial ciertamente no sereno.

Necesitamos que nuestra oración se eleve con mayor insistencia al Padre, para que escuche la voz de cuantos se dirigen a Él con la confianza de ser atendidos.



¿PARA QUÉ?

Es la primera pregunta que normalmente surge cuando llega a nuestras manos un nuevo material o una propuesta: “¿Esto, para qué?”

En este caso, la respuesta es: Para preparar el Jubileo ordinario de 2025. ¿Cómo prepararse a este evento tan importante para la vida de la Iglesia si no a través de la oración?

Estos meses pasados hemos estado redescubriendo las enseñanzas conciliares, contenidas sobre todo en las cuatro constituciones del Vaticano II, con el fin de anunciar con un lenguaje adecuado y actual la belleza de la fe a los hombres y mujeres de nuestro tiempo.

Ahora es el momento de preparar el Jubileo desde la oración.

¿CÓMO?

Este tiempo dedicado a la oración pretende acompañar las iniciativas de la pastoral cotidiana, todo nos remite al fundamento sobre el cual deben elaborarse y encontrar consistencia los distintos planes pastorales.

Estamos invitados a hacernos más humildes y a dejar espacio a la oración que surja del Espíritu Santo. La oración en el Espíritu Santo es aquella que nos une a Jesús y nos permite adherirnos a la voluntad del Padre.

El Espíritu es el Maestro interior que indica el camino a recorrer; gracias a Él, la oración de uno solo se puede convertir en oración de la Iglesia entera, y viceversa. Nada como la oración según el Espíritu Santo hace que los cristianos se sientan unidos como familia de Dios.



Padre que estás en el cielo,
la fe que nos has donado en
tu Hijo Jesucristo, nuestro hermano,
y la llama de caridad
infundida en nuestros corazones por el Espíritu Santo,
despierten en nosotros la bienaventurada esperanza
en la venida de tu Reino.

Tu gracia nos transforme
en dedicados cultivadores de las semillas del Evangelio
que fermenten la humanidad y el cosmos,
en espera confiada
de los cielos nuevos y de la tierra nueva,
cuando vencidas las fuerzas del mal,
se manifestará para siempre tu gloria.

La gracia del Jubileo
reavive en nosotros, Peregrinos de Esperanza,
el anhelo de los bienes celestiales
y derrame en el mundo entero
la alegría y la paz
de nuestro Redentor.
A ti, Dios bendito eternamente,
sea la alabanza y la gloria por los siglos.
Amén.

CUADERNO

1

ORAR HOY,
UN DESAFÍO A SUPERAR

ORAR HOY CUADERNO 1



ORACIÓN DEL JUBILEO

LA PALABRA (Mc 1, 32-37)

“Al anochecer, cuando se puso el sol, le llevaron todos los enfermos y endemoniados. La población entera se agolpaba a la puerta. Curó muchos enfermos de diversos males y expulsó muchos demonios; y como los demonios lo conocían no les permitía hablar.

Se levantó de madrugada, cuando todavía estaba muy oscuro, se marchó a un lugar solitario y allí se puso a orar. Simón y sus compañeros fueron en su busca y, al encontrarlo, le dijeron: “todo el mundo te busca”.

Sobre la necesidad de la oración

Necesitamos personas de una auténtica oración; y la auténtica oración es la que inflama con un fuego de amor: sólo así es posible levantar el mundo y acercarlo al corazón de Dios. Si creyéramos en la eficacia de la oración, nos pasaríamos mucho tiempo de rodillas. ¡Y el mundo cambiaría de dirección!

Es necesario orar. Sólo la oración deja espacio a Dios en nuestra vida y en la historia del mundo: y con Dios todo es posible.

¿Necesito orar? ¿Cuál es mi motivación para hacerlo?

¡Señor, enséñanos a orar!

En la Biblia se afirma claramente la necesidad de la oración, ¡de la verdadera oración! La verdadera oración es la puerta que nos hace entrar en el corazón de Dios y, por lo tanto, puede permitirse ser audaz e insistente. La oración es diálogo; la oración es iniciativa de amor; la oración es atrevimiento.



En teoría, todos estamos convencidos de la importancia de la oración: se habla muy a menudo de ello y se repite por todas partes. Pero ¿estamos de verdad seguros de que la oración está en el centro de nuestra vida? Una cosa es hablar de oración, y otra bien distinta es orar.

Jesús rezaba: este argumento basta para estar a favor de la oración. Para el discípulo, el comportamiento de Jesús es una norma absoluta de vida. Pues bien, nadie puede negar que la oración haya sido literalmente el centro de la vida de Jesús: la oración era su respiración, su horizonte de referencia, la fuente de sus acciones y de sus palabras.

El evangelista Marcos anota: “Se levantó de madrugada, cuando todavía estaba muy oscuro, se marchó a un lugar solitario y allí se puso a orar (Mc 1, 35). Debía de ser un gesto tan habitual que se quedó profundamente impreso en la memoria de los apóstoles. San Lucas subraya que Jesús, antes de tomar la decisión de llamar a los apóstoles, pasó una noche entera en oración (Lc 6, 12-23).

¿No tendría que hacer lo mismo cada discípulo? ¿No debería el discípulo tener sus ojos mirando siempre al Maestro para entender cada latido, cada matiz, cada postura en su vida? ¿Cuánto se ha dirigido nuestra mirada al Señor en el día de hoy? ¿Cuánto inspira su vida la nuestra?

¿Qué respondo a estas preguntas?

Resulta doloroso tener que admitir que muchas de nuestras decisiones no nacen de la oración: nacen de la inteligencia, pero ¿basta con la inteligencia? Nacen del estudio, pero ¿basta con el estudio? Nacen de la investigación, pero ¿basta con la investigación? Nacen de la astucia, pero ¿basta con la astucia?

La oración de Jesús puso en crisis la oración de los discípulos. Mirando a Jesús que rezaba, ¡se dieron cuenta de que no sabían orar! Y uno de sus discípulos le dijo: “¡Señor, enséñanos a orar, como Juan enseñó a sus discípulos” (Lc 11, 1).

Nosotros también necesitamos retomar esta invocación: a todos nos tiene que quedar muy claro que el camino de nuestra oración no ha



terminado porque no ha terminado el camino de la fe y tampoco el de la conversión; el camino de conversión, el camino de fe y el camino de oración son caminos al mismo tiempo.

La primera postura que permite comenzar un verdadero camino de oración es reconocer nuestra pequeñez, ser conscientes de nuestra condición de criaturas. El ser humano es un pequeño que no puede jugar a ser un gigante. Su pequeñez sólo tiene un enfoque liberador: apoyarse en el único Grande.

Paradójicamente, el ser humano siempre ha intentado y sigue intentando huir de su Padre, hacerse un propio “dios”, es más, ¡intenta ser “dios”! El pecado es un auténtico germen de insensatez. En cuanto rechaza a Dios, el ser humano se encuentra en una vorágine de deseos que no llevan a ningún sitio. Es la experiencia que tiene mucha gente hoy en día.

No se puede iniciar un verdadero camino de oración si no se da una lúcida conciencia de lo mucho que el pecado ha herido el corazón del ser humano y ha devastado su historia, la historia humana se ha hecho cada vez más tortuosa, más retorcida, más enferma.

Sin esta conciencia, la oración no puede ser verdadera: para orar en la verdad, hemos de presentarnos delante de Dios con las heridas de nuestra pequeñez y de nuestro pecado al descubierto. Sólo así podrá ser el encuentro con Dios un encuentro de liberación y redención.

Debemos acercarnos a Jesús con la verdad de lo que somos: ¡somos pequeños y somos pecadores! Pero delante de la humildad, Dios manifiesta un deseo irrefrenable de perdón y de reconciliación: “Tanto amó Dios al mundo, que entregó a su Unigénito” (*Jn 3, 16*).

¿Cuál es mi actitud interior cuando hago oración?

La oración cristiana es el asombro siempre nuevo de quien ha sabido que Dios ha desgarrado el cielo de verdad y se ha hecho cercano a cada uno de nosotros. Esta experiencia es el alma de toda auténtica oración cristiana: Dios no sólo nos perdona sino que nos regala la posibilidad de amar como ama Él.



Nosotros estamos llamados a entrar en su corazón para vivir su misma vida. La oración cristiana desemboca en este océano: ¡en el mismo amor de Dios! No existe oración cristiana si no se crea un contacto entre nuestra pobreza y la riqueza infinita de la caridad de Dios.

Cuando la oración es verdadera, un río de amor entra en nuestro corazón y nos llenamos del Espíritu Santo: nos llenamos del amor de Dios. Que este año dedicado a la oración despierte en cada uno de nosotros la humildad y que salga del corazón una verdadera oración.

Cuando preguntaron a Miguel Ángel cómo había podido esculpir el famoso David, respondió: “Fue sencillo. Bastó con quitar el mármol que escondía la obra maestra”.

Lo mismo puede ocurrirte también a ti orando. Deja caer un poco tu orgullo, ora con mucha fe y humildad y saldrá la obra maestra que Dios ha esculpido dentro de ti.



ORACIÓN PERSONAL Y COMUNITARIA

En la reflexión que acabamos de tener se nos invita a hacer una verdadera “escuela de oración”, sin dar nada por sentado, sobre todo en relación a nuestro modo de orar, pero haciendo nuestras cada día las palabras de los discípulos, cuando le pidieron a Jesús: “Señor, enséñanos a orar” (Lc 11, 1).

Se nos invita a ser más humildes, a dejarnos guiar siempre por el Espíritu, “Maestro de oración” y a aprender de los santos que anduvieron este camino, no sin dificultades, pero siempre marcado por la perseverancia y la fe.

Dispongámonos pues a abrir nuestro corazón, a través de la oración, a las sugerencias del Espíritu.



CANTO
VEN ESPÍRITU VEN

Marco Barrientos
Sin Reservas



✝ MOMENTO DE SILENCIO



El primer paso del hombre hacia la oración:

“Reconocer nuestra pequeñez”

LECTOR: El primer paso de un verdadero camino de oración es reconocer nuestra pequeñez, siendo conscientes de nuestra condición de criaturas. Ésta es la certeza de quien se sabe pequeño e incompleto, pero que al mismo tiempo sabe que Dios lo completa.

TODOS: *“Cuando contemplo el cielo, obra de tus dedos, la luna y las estrellas que has creado. ¿Qué es el hombre para que te acuerdes de él?”.*

✝ MOMENTO DE SILENCIO

El segundo paso del hombre hacia la oración:

“Conscientes de nuestro pecado”

LECTOR: El segundo paso de un verdadero camino de oración es ser conscientes de lo mucho que el pecado ha herido nuestro corazón, presentándonos delante de Dios con las heridas de nuestra pequeñez y de nuestro pecado al descubierto.

TODOS: *“Misericordia Dios mío por tu bondad, por tu inmensa compasión borra mi culpa”.*

✝ MOMENTO DE SILENCIO



Primer paso de Dios hacia el hombre:

"Un Dios encarnado"

LECTOR: Un verdadero camino de oración nos descubre que es un camino de encuentro, porque Dios viene hacia nosotros. El primer paso de Dios hacia nosotros es hacerse cercano en su Hijo hecho hombre.

TODOS: *"Jesús es la Buena Noticia del amor de Dios".*

✝ MOMENTO DE SILENCIO

Segundo paso de Dios hacia el hombre:

"El infinito e incondicional amor de Dios"

LECTOR: No existe verdadera oración cristiana si no se crea un contacto entre nuestra pobreza y la riqueza infinita del amor de Dios. El segundo paso de Dios hacia nosotros es que, a pesar de nuestro pecado, nos acoge con su infinita misericordia.

Un verdadero camino de oración hace que el Amor de Dios entre en nuestro corazón, llenándonos del Espíritu Santo.

TODOS: *"Señor, enséñanos a orar".*

✝ MOMENTO DE SILENCIO

PADRENUESTRO

CANTO O REZO DE LA SALVE A MARÍA, MAESTRA DE ORACIÓN



ORAR CON LOS SALMOS

ORAR CON LOS SALMOS CUADERNO 2



ORACIÓN DEL JUBILEO

Orar con los salmos

La oración es un poco como el oxígeno que hace respirar el alma y precede y acompaña a toda la experiencia religiosa. Dentro de los muy diversos modos de oración, los salmos son por excelencia la oración de Israel y de la Iglesia e implican a todas las criaturas en la alabanza a Dios, desde los propios animales hasta las estrellas del cielo.

En la oración aparecen casi dos regiones de colores antitéticos. En la primera de ellas aparece lo luminoso, lo festivo, lo cálido y armonioso. La síntesis ideal de esta región está en el aleluya, que en hebreo significa “alabad al Señor” y se convierte en acción de gracias por su salvación, siendo así un anhelo del alma.

Hay también otra región de la oración en la que hay que aventurarse y es aquella más fría, marcada por el dolor, por las lágrimas, por el silencio vacío de un Dios que parece ausente, al que, sin embargo, se grita.

Ambas regiones se encuentran en los salmos que van de la bendición al dolor, de la alabanza a la súplica, de la alegría al llanto. Todos los que oran, sea cual sea su situación, el estado de su corazón, el deseo que anhelan, encuentran en los salmos una palabra oportuna que refleja el estado de su alma.

Los salmos, la oración secular del Pueblo de Dios

Aunque los salmos fueron colocados por la tradición bajo el patrocinio del rey David, son expresión de la fe secular del pueblo de Dios en diversos periodos de su historia. Son poemas llenos del lenguaje colorista y exótico de oriente, cargados de símbolos y vinculados a formas literarias propias. Las imágenes que se usan en los salmos se elevan hasta los cielos donde se alza el Señor, o descienden hasta el abismo, la tierra de los muertos, el inframundo.

Y son poemas para ser cantados y acompañados musicalmente en la liturgia, son oraciones corales para ser interpretadas. Pero son también



expresiones del corazón que ponen ante Dios la realidad profunda que el que ora está viviendo. Los salmos se apoyan en la existencia humana, sobre el luto y las fiestas, sobre la política y los avances íntimos. Estos textos que abarcan casi mil años de la historia de Israel, no son sólo un modelo de oración, sino también de vida.

Los salmos son, por tanto, el espejo de quien busca a Dios con corazón sincero dentro de su historia. Los itinerarios que ofrecen para la oración están vinculados al camino humano, a nuestras horas y a esos tramos de la historia humana que debemos recorrer y en los que podemos descubrir la presencia de Dios.

El arcoíris de la oración

El poeta francés Paul Claudel se refería a los salmos como un arcoíris de problemas, alegrías, esperanzas, tristezas, amarguras y múltiples estados de ánimo.

En los salmos domina el color del sufrimiento, pues casi un tercio de los salmos está bajo el signo del lamento y del dolor. A veces se trata de enfermedades graves, tragedias nacionales o enemigos implacables; otras veces es la crisis de fe por la injusticia o el dolor inocente. Sin embargo, en el trasfondo está la certeza de que Dios, que parece mudo y distante, interviene finalmente.

Otro color del salterio es el de la esperanza y confianza que brota de la fe en Dios: roca estable sobre la que se puede construir con base firme. La imagen del buen pastor que protege y defiende al rebaño y le conduce a verdes pastos es expresión de la serenidad y la paz que produce la confianza en Dios. Esta esperanza no es sólo para la prueba o la dificultad, sino para la existencia entera.

Esta confianza anima y hace posible también la acción de gracias comunitaria y personal que constituye la base de una serie de salmos y que da paso a una oración de adoración y entusiasmo hacia Dios. Estos himnos de alabanza no tienen una motivación concreta, no se hace referencia a un don precioso que se ha recibido. Se da gracias a Dios y se le alaba por el simple hecho de que está presente.



Otras composiciones celebran la presencia de Dios en la historia que conduce hacia el reino definitivo instaurado por su Cristo: son los himnos del Reino de Dios en los que el Señor es el Rey que viene y salva.

Su lugar en la liturgia, pero no sólo en ella

La oración con los salmos fluye también hoy en la liturgia y encuentra en ella su expresión más profunda. El halo de la alianza y de la nación santa rodea a todo orante que eleva su voz al Señor con los salmos. Al mismo tiempo, el culto no debe ser una coartada para eludir los compromisos de fidelidad interior y social, de espiritualidad y de solidaridad: no basta cuando falta la justicia hacia el prójimo.

Además de en la liturgia, en la oración sálmica se ilumina también la experiencia social que vive el creyente, manteniendo su autonomía, su realidad y sus características específicas. Es el momento de la sabiduría, una cualidad humana que abarca todos los ámbitos de la educación: cuestiones sociales, éticas, filosóficas.

Son los llamados salmos sapienciales, que implican la experiencia humana, el reflejo de la propia inteligencia, pensamientos que ayudan a comprender mejor la realidad, a sondear ciertas cuestiones de la existencia comunitaria y de los asuntos personales.

Los salmos, palabra de Dios y de la humanidad

«Uno se sorprende a primera vista de que haya un libro de oraciones en la Biblia. ¿Acaso no es la Biblia toda Palabra de Dios dirigida a nosotros? Si las oraciones son palabras humanas ¿cómo pueden encontrarse en la Biblia? En realidad, si la Biblia contiene un libro de oraciones es porque Dios no sólo quiere dirigirnos su Palabra, sino que también nos dice lo que quiere oír de nosotros». Así se expresaba el teólogo martirizado por el nazismo Dietrich Bonhoeffer.

Efectivamente, la revelación bíblica habla de una relación: la Palabra de Dios se entrelaza también con la palabra humana. Por tanto, es natural que los salmos sean una manifestación de este abrazo entre Dios y el que ora, una relación que es de amor y de fidelidad.



De manera especial, esta relación se hace visible con el símbolo de la luz. Dios es la luz que alumbra las tinieblas, la lámpara para nuestros pasos, la luz en el sendero.

En esa relación entre Dios y los hombres se interpone una tercera presencia, una figura negativa que perturba la armonía entre Dios y su criatura. Es «el enemigo», en lenguaje bíblico. A veces se refiere a un enemigo personal o una persona poderosa, otras veces es una personificación concreta del mal, la enfermedad, la infelicidad. Otras expresiones más desconcertantes del enemigo son por un lado el silencio de Dios, que atraviesa salmos llenos de dolor, y por otro lado el pecado que radica en el corazón humano y se manifiesta para impedir la relación con Dios.

En conclusión, los salmos son una oración que implica a Dios y a la humanidad, a la eternidad y a los acontecimientos cotidianos. Son una invitación a caminar a la luz de la palabra divina, son una súplica para ser salvados del mal fuera y dentro de nosotros, son una decisión profunda para enderezar la propia vida.

La oración de los salmos nos ayuda a buscar este futuro no proyectándolo desde la realidad hacia sueños o fantasías de evasión, sino comprometiéndonos cada día en nuestro itinerario terrestre que tiene un destino definitivo en el encuentro con Dios.



CUESTIONES PARA EL DIÁLOGO

1. ¿Cómo se relacionan los salmos con la liturgia y cuál es su importancia en la oración comunitaria?
2. ¿Por qué se afirma que los salmos son una manifestación de la relación entre Dios y el ser humano?
3. ¿Cómo se manifiesta la esperanza y confianza en algunos salmos y qué significado tienen en la vida del creyente?
4. ¿Cómo se relaciona la figura del enemigo en los salmos con las dificultades y obstáculos que enfrentan los creyentes en su relación con Dios?

ORACIÓN PERSONAL Y COMUNITARIA

No hay nada mejor que, guardando silencio en el interior, abrirnos a la presencia de Dios que nos habita y hacer experiencia de su amor, de su palabra, de su consuelo, de su fortaleza, etc.

Casi un tercio de los salmos están bajo el signo del lamento y del dolor. A veces se trata de enfermedades graves, tragedias, enemigos de fuera y enemigos de dentro, como es el pecado de la persona orante que le hace experimentar el silencio de Dios.

El escándalo de la injusticia y del dolor inocente lleva a los labios del orante la eterna pregunta que parece desvanecerse sin respuesta: Señor, ¿dónde estás?

Sin embargo, en la oración sálmica surge siempre una certeza: Dios escucha, la lamentación conduce hacia un futuro de liberación.



REZAMOS A DOS COROS EL SALMO 38

Señor, no me corrijas con ira,
no me castigues con cólera.
Tus flechas se me han clavado,
tu mano pesa sobre mí.

No hay parte ilesa en mi carne
a causa de tu furor;
no tienen descanso mis huesos
a causa de mis pecados.

Mis culpas sobrepasan mi cabeza,
son un peso superior a mis fuerzas.
Señor mío, todas mis ansias
están en tu presencia,
no se te ocultan mis gemidos;
siento palpar mi corazón, me
abandonan las fuerzas,
y me falta hasta la luz de los ojos.

Mis amigos y compañeros
se alejan de mí,
mis parientes se quedan a distancia.
Me tienden lazos los que atentan
contra mí, los que desean mi daño;
me amenazan de muerte,
todo el día murmuran traiciones.

Pero yo, como un sordo, no oigo;
como un mudo, no abro la boca;
soy como uno que no oye
y no puede replicar.

En ti, Señor, espero,
y tú me escucharás, Señor, Dios mío;
esto pido: que no se alegren por mi
causa; que, cuando resbale mi pie,
no canten triunfo.

Porque yo estoy a punto de caer,
mi pena no se aparta de mí:
yo confieso mi culpa,
me aflige mi pecado.

Mis enemigos están vivos y son
poderosos, son muchos los que me
aborrecen sin razón,
los que me pagan males por bienes,
los que me atacan cuando procuro
el bien.

No me abandones, Señor;
Dios mío, no te quedes lejos;
ven aprisa a socorrerme,
Señor mío, mi salvación.



**MOMENTO DE SILENCIO, DEJANDO RESONAR EN EL CORAZÓN
ALGUNA DE LAS EXPRESIONES UTILIZADAS POR EL SALMISTA**



CANTO
EN NUESTRA OSCURIDAD
Cantos de Taizé



La confianza hace posible la acción de gracias comunitaria y personal. La última palabra que el Señor recibe de sus fieles es siempre de paz y serenidad, porque sabe que su grito de dolor no cae en saco roto, sino que tiene un oído trascendente que lo escucha.



REZAMOS A DOS COROS EL SALMO 16

Protégeme, Dios mío,
que me refugio en ti.
Yo digo al Señor: «Tú eres mi Dios».
No hay bien para mí fuera de ti.

Se multiplican las desgracias
de quienes van tras dioses extraños;
yo no derramaré sus libaciones
con mis manos,
ni tomaré sus nombres
en mis labios.

El Señor es el lote de mi heredad
y mi copa,
mi suerte está en tu mano:
me ha tocado un lote hermoso,
me encanta mi heredad.

Bendeciré al Señor
que me aconseja,
hasta de noche
me instruye internamente.
Tengo siempre presente al Señor,
con él a mi derecha no vacilaré.

Por eso se me alegra el corazón,
se gozan mis entrañas,
y mi carne descansa esperanzada.
Porque no me abandonarás
en la región de los muertos
ni dejarás a tu fiel ver la corrupción.

Me enseñarás el sendero de la vida,
me saciarás de gozo en tu presencia,
de alegría perpetua a tu derecha.



MOMENTO DE SILENCIO, DEJANDO RESONAR EN EL CORAZÓN ALGUNA DE LAS EXPRESIONES UTILIZADAS POR EL SALMISTA

En la oración se ilumina también la experiencia social que vive el creyente, manteniendo su autonomía y su realidad. El hombre que se encuentra con Dios no es un ser incorpóreo y por ello se acerca a Dios con su cultura y su inteligencia, y surgen así los salmos sapienciales, que implican la experiencia humana.

A veces el salmista utiliza palabras y expresiones, que están animadas por la indignación ante las manifestaciones brutales y sangrientas del mal en la historia humana. Revelan un ardiente anhelo de justicia y el lenguaje oriental ama las imágenes fuertes, las expresiones verbales contundentes, el calor enardecido de las palabras.

Vemos en estos salmos cómo la Palabra de Dios no es una serie de teoremas teológicos perfectos y abstractos: es una verdad que se abre paso a través de acontecimientos humanos con todo su peso de maldad, sangre, miseria y dolor, y no sólo con su luz, belleza y amor.





Ante la realidad, a veces tan cruda, que nos rodea, pensamos cuáles son las tinieblas, las sombras que nos acechan, y hacemos nuestras las palabras de este canto:



PADRE NUESTRO

GESTO FINAL

Se proyectarán en una pantalla, o se pondrán escritas en un cuenco, frases de los salmos para que cada uno escoja una y le ayude a orar. Aquí ofrecemos una muestra, se pueden añadir muchas más:

«Dichoso el hombre que su gozo es la ley del Señor y la medita día y noche». Sal 1, 2

«El Señor protege el camino de los justos, pero el camino de los impíos acaba mal». Sal 1, 6

«Voy a proclamar el decreto del Señor; él me ha dicho: "Tú eres mi hijo: yo te he engendrado hoy"». Sal 2, 7



«Señor eres mi escudo y mi gloria, tú mantienes alta mi cabeza». Sal 3, 4

«De ti, Señor, vienen la salvación y la bendición sobre tu pueblo». Sal 3, 9

«Dios de mi justicia; tú que en aprieto me diste anchura, ten piedad de mí y escucha mi oración». Sal 4, 2

«Sabadlo: el Señor hizo milagros en mi favor, y el Señor me escuchará cuando lo invoque». Sal 4, 4

«Señor, tú has puesto en mi corazón más alegría que si abundara en su trigo y en su vino». Sal 4, 8

«Señor, escucha mis palabras, atiende a mis gemidos, haz caso de mis gritos de auxilio, Rey mío y Dios mío». Sal 5, 1

«Señor liberta mi alma, sálvame por tu misericordia». Sal 6, 5

«Yo daré gracias al Señor por su justicia, tañendo para el nombre del Dios altísimo». Sal 7, 18

«¡Señor, Dios nuestro, qué admirable es tu nombre en toda la tierra!». Sal 8, 1

«Señor, ¿qué es el hombre para que te acuerdes de él, el ser humano para mirar por él?». Sal 8, 5

«Te doy gracias, Señor, de todo corazón, proclamando todas tus maravillas; me alegro y exulto contigo, y toco en honor de tu nombre, oh Altísimo». Sal 9, 2-3

«Levántate, Señor, extiende tu mano, no te olvides de los humildes». Sal 10, 12

«El Señor es justo y ama la justicia: los buenos verán su rostro». Sal 11, 7

«Tú nos guardarás Señor, nos librarás para siempre». Sal 12, 8

«Yo confío en tu misericordia: mi alma gozará con tu salvación, y cantaré al Señor por el bien que me ha hecho». Sal 13, 6

LA ORACIÓN DE JESÚS

ORACIÓN DE JESÚS CUADERNO 3



ORACIÓN DEL JUBILEO

LA PALABRA (MC 14, 33-38)

“Se lleva consigo a Pedro, a Santiago y a Juan, empezó a sentir espanto y angustia, y les dice: «Mi alma está triste hasta la muerte. Quedaos aquí y velad». Y, adelantándose un poco, cayó en tierra y rogaba que, si era posible, se alejase de él aquella hora; y decía: «¡Abba!, Padre: tú lo puedes todo, aparta de mí este cáliz. Pero no sea como yo quiero, sino como tú quieres». Vuelve y, al encontrarlos dormidos, dice a Pedro: «Simón ¿duermes?, ¿no has podido velar una hora? Velad y orad, para no caer en tentación; el espíritu está pronto, pero la carne es débil»”.

INTRODUCCIÓN

La renovación de la oración dentro de la Iglesia pasa necesariamente por el retorno a sus orígenes; renovar la insistente petición de los discípulos a Jesús: “Señor, enséñanos a orar” (Lc 11, 1). El único camino que nos dirige al Padre es Jesucristo: ir a sus hechos y dichos son la norma y referencia principal de la vida cristiana.

Jesús se retiraba a orar, solo o acompañado, pasaba la noche en oración, en momentos significativos, antes de tomar decisiones importantes, buscaba momentos de oración; fijarse en Jesús orante, descubrir su contenido y sus formas, refleja la experiencia de Jesús que tuvieron los Apóstoles.

MEDITACIÓN

La oración de Jesús muestra la novedad de llamar a Dios “Abba” (papá, padre querido), es sencillez, cariño y confianza; su obediencia a la voluntad del Padre no es la de quien se somete por la fuerza a una imposición que le viene dada desde fuera, sino que nace del amor. El amor le lleva a vivir una entrega total y plena a la misión encomendada por el Padre.



Para Jesús lo más importante es la sencillez exterior y la sinceridad interior en la verdad de una relación bien vivida; el Espíritu Santo es el motor, el principio inspirador y el realizador de la oración.

Introduzcámonos en la oración de Jesús para profundizar en el *Abba* de Jesús y así, entrar en el misterio amoroso de Jesús orante.

La voz de *Abba*

Después de treinta años transcurridos en el silencio de un oscuro pueblo de Galilea, Jesús se adentra en el desierto y escucha al Bautista, testigo de la verdad. Juan no remite nunca a sí mismo, sino a alguien más grande que él.

«Y sucedió que por aquellos días vino Jesús desde Nazaret de Galilea, y fue bautizado por Juan en el Jordán. Apenas salió del agua, vio rasgarse los cielos y al Espíritu que bajaba hacia él como una paloma. Se oyó una voz desde los cielos: «Tú eres mi Hijo amado, en ti me complazco» (Mc 1, 9-11).

Esta experiencia única de la paternidad de Dios, a quien llama: *Abba* —que en su lengua natal aramea significa: Papá—, lo va a marcar para siempre, transformando su vida.

Jesús es colmado por la unción del Espíritu. Y es una comunicación que va más allá de las vivencias ordinarias con su Padre, quien dialoga con Él descubriéndole el maravilloso misterio de su filiación única.

El comienzo

El tiempo de Jesús quedó inaugurado con la fuerza del Espíritu enseñando en sus sinagogas. Vino a su aldea de Nazaret. Ahí creció y llegó a ser hombre. En su modesta casa de oración en la liturgia del sábado, comenzó su obra según la voluntad del Espíritu.

Jesús pidió autorización al jefe de la sinagoga para hacer la lectura, del profeta Isaías: «El Espíritu del Señor está sobre mí, porque él me ha ungido. Me ha enviado a evangelizar a los pobres, a proclamar a los cautivos la libertad, y a los ciegos, la vista; a poner en libertad a



los oprimidos; a proclamar el año de gracia del Señor». Y, enrollando el rollo y devolviéndolo al que lo ayudaba, se sentó. Toda la sinagoga tenía los ojos clavados en él. Y él comenzó a decirles: «Hoy se ha cumplido esta Escritura que acabáis de oír».

Desde su experiencia de Dios como *Abba*, Jesús se presentó ungido por el Espíritu del Señor, como heraldo de la Buena Noticia, enviado a sembrar libertad, luz y gracia.

Predicando el Evangelio

La actuación de Jesús por Galilea se caracterizó por sus continuos desplazamientos por ciudades y aldeas, acompañado por el círculo más íntimo de sus discípulos y un buen grupo de mujeres.

La impresión que causaron sus encuentros con Dios, a quien invocaba como su *Abba*, fue enorme. Jesús de Nazaret predicó al Dios de Abrahán, Isaac y Jacob. Un Dios de vivos.

Del corazón de este Hombre venido de Dios emanaba un manantial de misericordia para con cada uno de sus hermanos, dando vida al nombre que le puso Dios por boca del ángel. Su mensaje era inseparable de su persona. Ha revelado el ser de Dios con sus propios modos de actuar.

Se presenta como modelo y maestro, portador de la sabiduría del Padre, de su *Abba*, que se regala a los pequeños.

La Cruz está en el camino

Jesús se sabía en medio de lobos; con su atención fija en su *Abba*, obediente al encargo recibido de Él, integró su muerte violenta en su misión de servicio, ofreciendo su vida en rescate por todos. Y esto lo llevó a proclamar su resurrección no sin antes tener que pasar por el camino de la cruz.

Pero la muerte no es más que la pasarela hacia la plenitud de la vida, porque «si el grano de trigo no muere queda él solo». La cruz se convertirá en la señal del cristiano, y su mayor título de gloria. Y quien quiera seguir a Jesús, tendrá que salir de sí mismo y asumir la cruz.



**Abba confirma su misión**

Después de anunciar que tendría que sufrir, ser llevado a la muerte, y al tercer día resucitar, Jesús, tomando consigo a Pedro, Juan y Santiago, subió al monte a orar: «Y, mientras oraba, el aspecto de su rostro cambió y sus vestidos brillaban de resplandor. Pedro y sus compañeros vieron su gloria. Llegó una nube que los cubrió con su sombra. Se llenaron de temor al entrar en la nube. Y una voz desde la nube decía: «Este es mi Hijo, el Elegido, escuchadlo».

Con sus palabras, *Abba* ilumina el camino de la pasión, al entrever la puerta que se abría al cielo, porque ese momento maravilloso apunta a la resurrección. Dios *Abba*, desde la nube, signo de su presencia, confirma la misión de Jesús, proclamándolo su Hijo, su Elegido, a quien deben escuchar.

Abba misericordioso

Jesús estaba feliz de que publicanos y pecadores lo buscaban para escucharlo. En cambio, algunos fariseos y escribas murmuraban, dado que su conducta los escandalizaba, pues él acogía y compartía la mesa con los pecadores, a quienes ellos despreciaban porque no observaban la ley en su integridad.

Jesús, determinado a hacerlos reflexionar, dio vida a una parábola, reveladora del corazón de Dios. ¡La parábola más hermosa imaginada! La que conocemos como “parábola del hijo pródigo”, aunque su nombre debería ser “parábola del padre misericordioso”.

Con esta parábola, Jesús abrió camino a una nueva conciencia de Dios como Padre, que atraía a los excluidos. La parábola había brotado de la relación de Jesús con Dios, a quien llamaba *Abba*. Semejante imagen revela un conocimiento perfecto del amor de su *Abba*, de su misterio, que condensa todo: Dios es amor, que nos creó por amor y para amar.

Abba, aparta de mí este cáliz

En Getsemaní tiene lugar un acontecimiento aterrador. Jesús, el profeta de Nazaret, ungido por Dios con el Espíritu Santo y poder, el evangeli-



zador que proclama la venida del Reino, el maestro lleno de sabiduría y autoridad, amigo de los marginados, publicanos y pecadores, el que tiene dominio sobre la naturaleza, la enfermedad y hasta la muerte, está agarrado por el miedo:

“Cayó en tierra y rogaba que, si era posible, se alejase de él aquella hora; y decía: «¡Abba!, Padre: tú lo puedes todo, aparta de mí este cáliz. Pero no sea como yo quiero, sino como tú quieres»”.

En la oración, Jesús se recobra y, en un momento dado, muestra su confianza en el amor y en el poder del Padre, al que invoca como *Abba*. Su oración se convierte en súplica, y acaba en abandono sin reservas, en aceptación incondicionada. La oración es parte esencial de su ministerio y entrega.

Padre, a tus manos encomiendo mi espíritu

Jesús, quien pasó haciendo el bien, de cuya mirada brotaban ríos de compasión al curar a todos los oprimidos por el diablo, está en la cruz ultrajado, sufriendo lo indecible. Las autoridades lo desafiaban a que, si era el Mesías de Dios, y a otros había salvado, se salvará a sí mismo. Los soldados le increparon que si era el rey de los judíos por qué no se salvaba él mismo. Uno de los malhechores insultándolo, le decía que, si era el Mesías, se salvara a sí mismo y a ellos.

Pero, a pesar de todo, no murió la bondad que lo identificaba, palpitando en el fondo de su ser, al realizar el acto supremo de caridad: dar su vida. “Y Jesús, clamando con voz potente, dijo: «Padre, a tus manos encomiendo mi espíritu». Y, dicho esto, expiró”.

Su corazón, ciertamente, se detuvo, pero nunca dejó de amar. Jesús ha realizado la voluntad de su *Abba* en cada momento de su vida. Ahora que todo se ha cumplido, sabe que *Abba* ha escuchado su oración.

Jesús, con su último aliento, nos enseña que, aun en medio del más cruento dolor, podemos decir: ¡*Abba!* Y Él nos escucha.



ORACIÓN PERSONAL Y COMUNITARIA

AMBIENTACIÓN

Como ambientación se puede colocar en el centro una Biblia abierta por el evangelio, una vela y si hay alguna imagen o icono de Jesús que sea significativo para la comunidad. Sería bueno que acompañara la ambientación.

Este canto puede ambientar el inicio de la oración:



MOTIVACIÓN INICIAL

Nos dice el Papa Francisco que: “la oración es el respiro de la fe, es su expresión más profunda. Como un grito que sale del corazón de quien cree y se confía a Dios”.

La reflexión que acabamos de tener nos ha acercado a la oración de Jesús. A Él, que vivió una intimidad tan profunda con el Padre, le pedimos nos conceda la gracia de aprender a orar para descubrir a Dios como nuestro *Abba*.



I. Jesús, hijo de un pueblo orante

Jesús nace en un pueblo, en el que la oración forma parte de su identidad. En la oración la primacía va otorgada a la Palabra de Dios; corresponde al ser humano la escucha, devolviendo a Dios sus palabras.

Los mejores textos de oración los hallamos en todos los libros sagrados, destacando por su singularidad el libro de los Salmos. Jesús mismo, como judío piadoso orante, se sirvió de ellos en diferentes momentos. Así, en la cruz Jesús invocó a su Padre y se confió a Él, sirviéndose del salmo 30.

Recitamos individual o comunitariamente (en este caso, a dos coros) el salmo 30, en el que hemos sustituido “Señor” y “Dios” por “Padre”.

A ti, Padre, me acojo:
no quede yo nunca defraudado.
Tú, que eres justo, ponme a salvo,
inclina tu oído hacia mí.

Ven aprisa a librarme,
sé la roca de mi refugio,
un baluarte donde me salve,
tú que eres mi roca y mi baluarte.

Por tu nombre dirígeme y guíame.
Sácame de la red que me han tendido,
porque tú eres mi amparo.
En tus manos encomiendo mi espíritu:
tú, el Padre leal, me librarás.

Tú aborreces a los que veneran ídolos inertes,
pero yo confío en el Padre;
tu misericordia sea mi gozo y mi alegría...

Pero yo confío en ti, Padre,
te digo: «Tú eres mi Padre.»
En tu mano está mi destino...



MOMENTO DE SILENCIO



II. Jesús ora alentado por el Espíritu Santo

La oración de Jesús, como toda oración cristiana, es confesión de fe en la Trinidad. Jesús, en su condición de Hijo, se dirige al Padre movido por el Espíritu Santo que lo habita. En el bautismo se sintió inundado por la fuerza de este Espíritu, y capacitado para acometer su misión. En él cobran sentido las palabras que lee en Nazaret:

El Espíritu del Señor está sobre mí,
porque él me ha ungido.
Me ha enviado para dar la buena noticia a los pobres,
para anunciar a los cautivos la libertad
y a los ciegos la vista.
Para dar libertad a los oprimidos,
para anunciar el año de gracia del Señor.
(Lc 4, 18-19)

Este mismo Espíritu está presente en todo cristiano alentando su fe y sosteniendo nuestra oración. Gracias a este Espíritu podemos dirigirnos de manera adecuada a nuestro Padre:



SE PUEDE ENCENDER UN CIRIO Y A CONTINUACIÓN DEDICAR UNOS MOMENTOS A LA ORACIÓN SILENCIOSA PUDIENDO ESCUCHAR DE FONDO LAS SIGUIENTES CANCIONES:



CANTO
VENI SANCTE SPIRITUS
Taizé



CANTO
VENI CREATOR SPIRITUS
Verbum Glorae



III. Jesús ora desde la condición filial

Jesús se sabe Hijo, y en cuanto tal, anhela la relación frecuente con su Padre, su *Abba*. Ha experimentado la alegría permanente de vivir bajo la certeza del: “Tú eres mi Hijo amado”.

Jesús nos reveló algunos contenidos de sus oraciones. Los evangelios están salpicados de textos oracionales salidos de los labios de Jesús; sus oraciones invocan explícitamente al Padre, a su *Abba*. Y tenemos la oración sacerdotal (*Jn 17*), la mayor manifestación de la comunicación íntima entre Jesús y su Padre ante la hora decisiva.

Invitamos a recitar juntos la oración de Charles de Foucauld:

Padre mío, me abandono a Ti.
Haz de mí lo que quieras.
Lo que hagas de mí te lo agradezco.
Estoy dispuesto a todo, lo acepto todo.
Con tal que tu voluntad se haga en mí y en todas tus criaturas.
No deseo nada más, Dios mío.
Pongo mi vida en tus manos.
Te la doy, Dios mío, con todo el amor de mi corazón,
porque te amo, y porque para mí amarte es darme,
entregarme en tus manos sin medida, con infinita confianza,
porque Tú eres mi Padre.



MOMENTO DE SILENCIO

IV. Jesús nos enseña a orar

La oración del cristiano es la misma oración de Jesús, de la que hace partícipes a sus discípulos, y que podemos dirigir, como Él, al Padre, por cuanto que también somos verdaderos hijos suyos.

Jesús da una “catequesis” a sus discípulos sobre la oración (*Mt 6, 6*):

Cuando vayas a orar, entra en tu aposento... Comienza por procurar el recogimiento personal. Cierra los ojos del



cuerpo y abre los del alma; dirige la mirada a tu interior, a ti mismo, a tu centro; allí donde brotan tus más hondos deseos, allí donde eres más tú; sacúdete las apariencias, las falsas imágenes de tu yo, para quedarte desnudo y a solas contigo mismo. Entra en el desierto de tu corazón, allí donde Dios revela su intimidad:

...cierra la puerta... Soy yo quien abro o cierro. Soy responsable de mi interioridad. Cierra la puerta, pero por dentro; es decir, contigo en tu interior. Presta atención a lo que te configura y de identifica.

...y ora a tu Padre escondido: Ciertamente este Dios *Abba* habla, pero lo hace preferentemente desde el silencio y la soledad.

✝ MOMENTO DE SILENCIO

PADRE NUESTRO

Siguiendo la enseñanza de Jesús, decimos juntos: Padre nuestro...

ORACIÓN CONCLUSIVA

Abba, Padre. Tú me acompañas en mi caminar. ¡Te necesito tanto! Quiero agradecerte el don de la oración. Gracias por recibirme, por escucharme, por comprenderme. En estos momentos de encuentro, un vivo conocimiento de ti, alumbra el misterio de mi vida y colma mi alma de gratitud. Por Jesucristo nuestro Señor.

CANTO O REZO DE LA SALVE A MARÍA, MAESTRA DE ORACIÓN

EL VIAJE EN DIOS. SANTOS Y
PECADORES EN ORACIÓN

EL VIAJE EN DIOS CUADERNO 4



ORACIÓN DEL JUBILEO

PALABRA DE DIOS (DAN 3, 85-90)

«Siervos del Señor, bendecid al Señor, ensalzadlo con himnos por los siglos; almas y espíritus justos, bendecid al Señor, ensalzadlo con himnos por los siglos; santos y humildes de corazón, bendecid al Señor, ensalzadlo con himnos por los siglos; [...] fieles todos del Señor, bendecid al Dios de los dioses, alabadle y dadle gracias porque es eterna su misericordia».

EL VIAJE EN DIOS: SANTOS Y PECADORES EN ORACIÓN

El Señor nos enseñó que «es necesario orar siempre, sin desfallecer» (Lc 18, 1). ¿Qué significa esta enseñanza? ¿Cómo orar? Entre los muchos caminos que podemos recorrer para responder a estas preguntas, destaca la misma vida de los santos, los mejores amigos de Dios.

Ellos son, como dijo San Francisco de Sales, «el Evangelio puesto en obra». Con esta idea de fondo podemos acercarnos a cuatro grandes santos de la Iglesia para que nos digan qué es orar, para que nos enseñen, con su vida y palabras, «a orar siempre sin desfallecer».

San Agustín de Hipona en oración

San Agustín es el santo del deseo apasionado de Dios, el gran converso a Dios desde una vida de pecado y de búsqueda de la felicidad, aquél que anduvo inquieto hasta que encontró a Dios. Como él mismo dijo: «Nos hiciste para Ti, Señor, y nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en Ti».

¿Qué nos puede enseñar Agustín sobre la oración? Rescatemos tres ideas:

a. El valor de los Salmos. En ellos, que son palabra de Dios, nos podemos dirigir a Dios con sus mismas palabras inspiradas: «Jesucristo ora por nosotros como sacerdote nuestro; ora en nosotros en cuanto cabeza nuestra, y nosotros oramos a Él como Dios nuestro».



b. La confianza de que podemos acudir al Señor incluso desde lo más hondo de la culpa y de la angustia, de que podemos confesarle quiénes somos, qué hemos hecho, qué nos pasa. Humildad y confianza totales ante Dios, el Único ante el cual no tiene sentido esconder nada.

c. El valor del anhelo que late en nuestro corazón, de nuestros deseos más hondos, que conducen —como los ríos desembocan en el mar— al abismo del Misterio de Dios: «Si quieres amar al Señor, ámalo sincera y entrañablemente, quíerele con los más profundos y castos anhelos; ámalo, inflámate en su deseo; arde por su búsqueda».

Santa Teresa de Jesús en oración

Santa Teresa de Jesús fue un alma orante como pocas ha habido en la historia. Y eso no la hizo «etérea» o desinteresada de la vida, pues también fue increíblemente emprendedora, viva y «humana». Santa Teresa es, así, testigo y maestra de que la oración no es algo para unas pocas almas especiales, sino para todos los discípulos de Cristo.

¿Qué nos puede enseñar Teresa sobre la oración? Rescatemos tres ideas:

a. Practicar la presencia de Dios. Por el camino de la «humanísima humanidad» de Cristo y del coloquio con Él, Santa Teresa fue llevada a las honduras de la intimidad con Dios. Si Cristo es «el Camino» que conduce al Padre, también lo es de un modo real y concreto en el tema de la oración.

b. Un asunto de amistad y de dedicarle tiempo, porque «no es otra cosa oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama».

c. Unir la oración con la conversión permanente y la práctica de las virtudes. Decía a sus monjas (y a nosotros): «Torno a decir, que para esto es menester no poner vuestro fundamento sólo en rezar y contemplar; porque, si no procuráis virtud y hay ejercicio de ellas, siempre os quedaréis enanas».



Santo Tomás de Aquino en oración

Aunque asociado a sus profundas reflexiones de filosofía y teología, Santo Tomás fue un humilde fraile, de alma sencilla y piadosa, enamorado de Cristo. De él conservamos maravillosos himnos al Santísimo Sacramento (*Pange lingua, etc*), así como oraciones llenas de belleza y amor a Dios. Su vida y enseñanzas se podrían resumir en ese momento de oración en el que el Crucifijo le habló: «Tú has hablado bien de mí, Tomás. ¿Cuál será tu recompensa?». Tomás le respondió: «¡Nada más que tú, Señor!».

¿Qué nos puede enseñar Tomás de Aquino sobre la oración? Rescatemos tres ideas:

a. Orar desde la necesidad. Santo Tomás, consciente como pocos de lo que significa que somos creaturas de Dios y de que, por tanto, siempre estamos necesitados de Él, nos enseña que toda forma de oración está arraigada en la súplica, en nuestra menesterosidad ante la Bondad y Grandeza de Dios.

b. Orar con confianza. Como seres humanos, débiles y heridos por el pecado, nos cuesta creer que somos verdaderamente amados por Dios. Pero Cristo era capaz, según explica Tomás, «por la devoción de la oración para llegar a Dios y, por la misericordia y la compasión, para llegar a nosotros».

c. Unir oración y estudio, porque cuando estamos con el Señor, queremos conocerle más, y al conocerle más, queremos estar más unidos a Él.

Santo Teresa de Lisieux en oración

Murió a los 24 años, tras nueve años como religiosa carmelita. Santa Teresita sigue asombrando por la hondura y sencillez su alma, reflejada en sus escritos autobiográficos. En ellos nos narra su vida de profunda, realista y honda relación con el Señor desde niña. Una relación de amor y confianza, probados en el crisol del sufrimiento, que ella nos ofrece para que lo vivamos también cada uno de nosotros.



¿Qué nos puede enseñar Teresa de Lisieux sobre la oración?

Rescatemos tres ideas:

a. Orar en lo oculto. Santa Teresita, que pasó desapercibida entre las monjas de su convento, encarna como pocos la exhortación del Señor en el Sermón de la montaña: «Tú, cuando ores, entra en tu cuarto, cierra la puerta y ora a tu Padre, que está en lo secreto, y tu Padre, que ve en lo secreto, te lo recompensará» (Mt 6, 6).

b. Orar desde la infancia espiritual. Teresita descubrió un «caminito» para ser santa e ir al Cielo. Hacerse pequeña, como dice el Señor: «Si no os convertís y os hacéis como niños, no entraréis en el reino de los cielos» (Mt 18, 3). ¿Qué quiere decir esto? «Significa estar dispuestos de corazón a hacernos pequeños y humildes en los brazos de Dios, reconociendo nuestra propia debilidad y confiados hasta la audacia en su bondad de Padre».

c. Practicar la oración, sencilla pero constantemente, sin desear cosas extraordinarias. Teresita lo hacía, consciente de su debilidad, apoyada en prácticas sencillas, como meditar el Padrenuestro o los Evangelios.

ORACIÓN PERSONAL Y COMUNITARIA

MOTIVACIÓN

“Este año estamos invitados a hacernos más humildes y dejar espacio a la oración que surja del Espíritu Santo. La oración en el Espíritu Santo es aquella que nos une a Jesús y nos permite adherirnos a la voluntad del Padre. Gracias a Él, la oración, aun de uno solo, se puede convertir en oración de la Iglesia entera, y viceversa” (Papa Francisco).

Hoy se nos propone realizar un viaje en Dios orando con santos y doctores de la Iglesia que se han experimentado pecadores pero alcanzados por la misericordia de Dios: San Agustín, Santa Teresa de



Jesús, Santo Tomás de Aquino y Santa Teresa de Lisieux. Todos ellos, en su entrega a Dios colmada de oración, han permitido que sus vidas sean transformadas por la gracia; y que el esplendor, la fortaleza y la belleza de Cristo brillen a través de su debilidad humana. Vamos a orar con ellos, con sus mismas oraciones, pero haciéndolas nuestras.

INVOCACIÓN AL ESPÍRITU SANTO

Para que nuestra oración brote del Espíritu Santo comenzamos invocándole. *(Todos)*

*Ven Espíritu divino, manda tu luz desde el cielo.
Padre amoroso del pobre, don en tus dones espléndido.
Luz que penetras las almas, fuente del mayor consuelo.
Ven, dulce huésped del alma, descanso de nuestros esfuerzos.
Tregua en el duro trabajo, brisa en las horas de fuego.
Gozo que enjuga las lágrimas y reconforta en los duelos.
Entra hasta el fondo del alma, divina luz y enriquécenos.
Mira el vacío del alma si Tú le faltas por dentro.
Mira el poder del pecado cuando no envías tu aliento.
Riega la tierra en sequía, sana el corazón enfermo.
Lava las manchas. Infunde calor de vida en el hielo.
Doma el espíritu indómito. Guía al que tuerce el sendero.
Reparte tus siete dones según la fe de tus siervos.
Por tu bondad y tu gracia, dale al esfuerzo su mérito.
Salva al que busca salvarse y danos tu gozo eterno. Amén.*





I. Oramos con San Agustín

En el libro de Las Confesiones, San Agustín, revela con una franqueza implacable la naturaleza de la debilidad, el pecado, que plagaba al santo cuando era joven. El título se refiere tanto a una confesión de pecados como a la confesión de alabanza, una declaración de confianza y fe en el Dios vivo.

✝ TIEMPO DE SILENCIO Y ORACIÓN INTERIOR CON LOS SIGUIENTES TEXTOS

¿Quién me concederá hallar sosiego en ti? ¿Quién me concederá que vengas a mi corazón y lo embriagues para que olvide mis males y abrace a mi único bien, a Ti? Apíadate de mí para que hable. ¿Qué soy yo para Ti, para que Tú me ordenes que te ame? Por medio de tus actos de misericordia dime, Señor Dios mío, qué eres para mí. Di a mi alma: «soy tu salvación»; dilo de modo que lo oiga. He aquí ante Ti los oídos de mi corazón, Señor: ábrelos y di a mi alma: «Soy tu salvación».

(Confesiones I, 5,5)

ORACIÓN CANTADA PARA ESCUCHAR TARDE TE AMÉ

Jésed



✝ OREMOS (REZAMOS JUNTOS)

*¡Oh Señor Dios nuestro, confiamos en la protección de tus alas!
¡Y protégenos! ¡Y llévanos! Tú llevarás también a tus chiquitines,
y los llevarás hasta que sean ancianos. Volvamos ya, Señor,
para que no nos apartemos, porque en Ti vive
sin ningún defecto nuestro bien. Amén.*

(Confesiones IV 16,31)



II. Oramos con Santa Teresa de Jesús

Las Exclamaciones forman un pequeño oracional o salterio teresiano. La Santa da rienda a esa necesidad interior de clamar como un profeta.

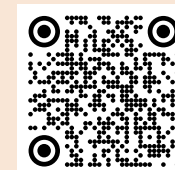
✝ TIEMPO DE SILENCIO Y ORACIÓN INTERIOR CON LOS SIGUIENTES TEXTOS

¡Oh Señor!, confieso vuestro gran poder. Si sois poderoso, como lo sois, ¿qué hay imposible al que todo lo puede? Quered Vos, Señor mío, quered, que aunque soy miserable, firmemente creo que podéis lo que queréis, y mientras mayores maravillas oigo vuestras y considero que podéis hacer más, más se fortalece mi fe y con mayor determinación creo que lo haréis Vos. Bien sabéis Vos, mi Dios, que entre todas mis miserias nunca dejé de conocer vuestro gran poder y misericordia.

(Exclamaciones 4, 2)

ORACIÓN CANTADA PARA ESCUCHAR ANTE LA HERMOSURA DE DIOS

Cantos Carmelitanos



✝ OREMOS (REZAMOS JUNTOS)

*Vuestra soy, para Vos nació, ¿Qué mandáis hacer de mí?
Vuestra soy, pues me criasteis, vuestra, pues me redimisteis,
vuestra, pues que me sufristeis, vuestra, pues que me llamasteis,
vuestra, porque me esperasteis, vuestra, pues no me perdí.
¿Qué mandáis hacer de mí?
Veis aquí mi corazón, yo le pongo en vuestra palma,
mi cuerpo, mi vida y alma,
mis entrañas y afición; Dulce Esposo y redención,
pues por vuestra me ofrecí. ¿Qué mandáis hacer de mí? Amén.*



III. Oramos con Santo Tomás

Estas oraciones son la voz personal e individual de un santo en oración.

✝ TIEMPO DE SILENCIO Y ORACIÓN INTERIOR CON LOS SIGUIENTES TEXTOS

Concédeme, un corazón vigilante, que no se desvíe de Ti, un corazón noble que no se deje arrastrar por las cosas terrenas; un corazón recto, que no se incline ante las intenciones depravadas; un corazón firme, que no se quebrante ante ninguna tribulación; y corazón libre, que no se deje vencer por alguna pasión violenta.

Opuscula theologica, 1

(El siguiente texto es una oración cantada para escuchar en latín. “Adoro te devote” fue compuesta por santo Tomás para asistir en la meditación cuando se arrodillaba ante Cristo Jesús presente en la eucaristía. Es reconocida como la oración más profunda y bella del santo)

ORACIÓN CANTADA PARA ESCUCHAR ADORO TE DEVOTE

Verbum Gloriae



✝ OREMOS (REZAMOS JUNTOS)

A Ti, oh Dios, fuente de misericordia, me acerco yo como pecador, para que os dignéis lavar mis manchas. Oh Sol de justicia, ilumina a los ciegos. Oh sanador eterno, cuida a los heridos. Oh Rey de reyes, vestid a este desnudo. Oh mediador entre Dios y los hombres, reconcilia a los culpables.

Oh Buen Pastor, acoged a esta oveja descarriada. Dad, Dios mío, perdón a los criminales, vida a los muertos, justificación al pecador, y la unción de vuestra gracia a los endurecidos de corazón. Amén.
(Opuscula theologica, 1)



IV. Oramos con Teresa de Lisieux

En la “Oración del acto de ofrenda al Amor Misericordioso” nos encontramos con la dinámica fundamental del «caminito»: deseo incoercible, constatación de imposibilidad, resurgir de la esperanza.

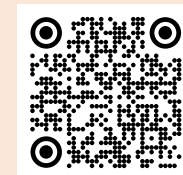
¡Oh Dios mío, Trinidad santa!, yo quiero amarte y hacerte amar, y trabajar por la glorificación de la santa Iglesia salvando a las almas que están en la tierra y liberando a las que sufren en el purgatorio. Deseo cumplir perfectamente tu voluntad y alcanzar el grado de gloria que Tú me has preparado en tu reino. En una palabra, quiero ser santa. Pero siento mi impotencia, y te pido, Dios mío, que Tú mismo seas mi santidad.

Te suplico que me quites la libertad de desagradarte. Y si por debilidad caigo alguna vez, que tu mirada divina purifique enseguida mi alma, consumiendo todas mis imperfecciones, como el fuego, que todo lo transforma en sí.

En la tarde de esta vida compareceré delante de Ti con las manos vacías, pues no te pido, Señor, que lleves cuenta de mis obras. No quiero otro trono ni otra corona que Tú mismo, Amado mío. Tú puedes, pues, prepararme en un instante para comparecer delante de ti.

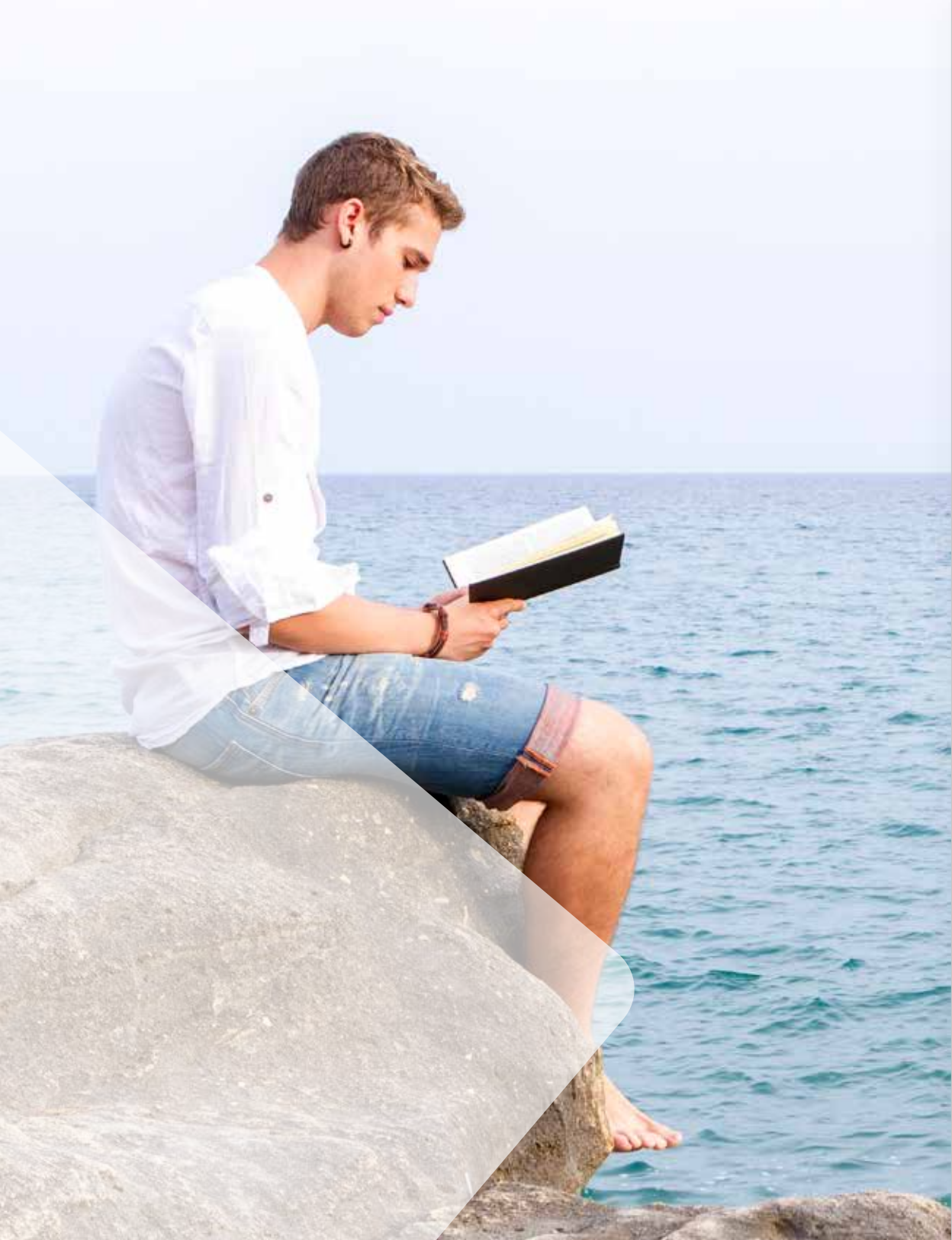
ORACIÓN CANTADA PARA ESCUCHAR OFRENDA AL AMOR

Jésed



✝ OREMOS (REZAMOS JUNTOS)

Te doy gracias, Dios mío, por todos los beneficios que me has concedido, y en especial por haberme hecho pasar por el crisol del sufrimiento.



Ya que te has dignado darme como lote esta cruz tan preciosa, espero parecerme a Ti en el cielo y ver brillar en mi cuerpo glorificados los sagrados estigmas de tu Pasión.

Después del destierro de la tierra, espero ir a gozar de ti en la Patria, pero no quiero acumular méritos para el cielo, quiero trabajar sólo por tu amor, con el único fin de agradarte, de consolar a tu Sagrado Corazón y de salvar almas que te amen eternamente. Amén.

ORACIÓN DE INTERCESIÓN

La oración de intercesión se convierte en un puente que une a los fieles y sus intenciones, trascendiendo los límites del espacio y del tiempo, para compartir las alegrías y los sufrimientos de unos y de otros delante de Dios.



ESCUCHEMOS O CANTEMOS
NOCHE

Hakuna Group



PADRE NUESTRO
CANTO O REZO DE LA SALVE A MARÍA, MAESTRA DE ORACIÓN

LAS PARÁBOLAS DE LA ORACIÓN

S. PARÁBOLAS DE L

CUADERNO 5



ORACIÓN DEL JUBILEO

LA PALABRA (LC 11, 5-13)

Jesús dijo a sus discípulos: «Suponed que alguno de vosotros tiene un amigo, y viene durante la medianoche y le dice: “Amigo, préstame tres panes, pues uno de mis amigos ha venido de viaje y no tengo nada que ofrecerle”; y, desde dentro, aquel le responde: “No me molestes; la puerta ya está cerrada; mis niños y yo estamos acostados; no puedo levantarme para dártelos”; os digo que, si no se levanta y se los da por ser amigo suyo, al menos por su importunidad se levantará y le dará cuanto necesite. Pues yo os digo a vosotros: pedid y se os dará, buscad y hallaréis, llamad y se os abrirá; porque todo el que pide recibe, y el que busca halla, y al que llama se le abre. ¿Qué padre entre vosotros, si su hijo le pide un pez, le dará una serpiente en lugar del pez? ¿O si le pide un huevo, le dará un escorpión? Si vosotros, pues, que sois malos, sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, ¿Cuánto más el Padre del cielo dará el Espíritu Santo a los que le piden?».

Introducción

¡Jesús enseñó a orar orando! Es el núcleo esencial de su enseñanza sobre la oración. Si, en un cierto punto de su predicación, alguno de sus discípulos le pidió que le enseñara a orar, esto quiere decir que Jesús tenía un modo particular de orar. La intuición sobre la enseñanza de la oración en parábolas es del evangelista Lucas. El recurso a las parábolas caracteriza de manera especial la enseñanza de Jesús sobre la oración. Eligió la vida cotidiana de su pueblo para enseñar a orar con parábolas.

El *Padrenuestro* es el manifiesto de la oración para todo discípulo. Es original la unión entre el *Padrenuestro* y algunas parábolas sobre la oración. Por una parte, el *Padrenuestro* es el hilo conductor de la oración en las parábolas; por otra parte, algunas parábolas explican el *Padrenuestro*.



Jesús y la oración

Jesús de Nazaret fue un hombre de oración. Todos los Evangelios representan a Jesús en oración; el de Lucas más que los otros, en los momentos cruciales de su vida. Mientras estaba orando, Jesús recibe el bautismo en el Jordán (Lc 3, 21). Antes de elegir a sus discípulos, transcurre una noche en oración (Lc 6, 12).

Su transfiguración en el monte ocurre mientras está orando. Cuando intuye que se acerca el fin, su oración se hace más intensa. Su agonía fue auténtica, una lucha de todo menos pacífica (Lc 22, 44).

En tiempos de Jesús, los principales lugares para orar en Palestina eran el templo y la sinagoga. En ellos ocurren momentos fundamentales de la vida de Jesús. Jesús nunca desacreditó el templo ni la sinagoga como lugares de oración. Pero, para Jesús, cualquier lugar se convierte en ocasión de relacionarse con el Padre. Si las religiones entran en conflicto a la hora de decidir sobre el mejor lugar para orar, Jesús, en cambio, señala que no se adora a Dios ni en el monte Garizim ni en el monte Sión, sino en Espíritu y en verdad. Esto significa adorarlo guiados por el Espíritu que conduce a la verdad más profunda, y la verdad en cuestión no es una idea ni un concepto, sino que es Jesús en persona: Él es la verdad que instauro una relación auténtica al Padre.

Jesús transmitió diversas formas de oración a sus discípulos: *agradecimiento, bendición, alabanza, petición y súplica*. Las distintas formas de orar demuestran la profunda humanidad de Jesús en diversas situaciones de la vida y de las personas. No existe, pues, únicamente un tipo de oración, sino que esta atraviesa todas las situaciones de la vida, como la misma respiración: jadeante, ansiosa, agitada, tranquila, pacífica, abierta... En una palabra, la oración de Jesús es cotidiana como el pan cotidiano que hay que pedir en el *Padrenuestro*.

Los evangelistas han transmitido los diversos contenidos de la oración de Jesús: la más conocida es el *Padrenuestro*, pero no es la única. La «oración de los más pequeños» quedó tan impresa en las primeras tradiciones de la Iglesia que es relatada entre los dichos de Jesús: «Te doy gracias, Padre... porque has escondido estas cosas a los



sabios y entendidos, y se las has revelado a los pequeños» (Mt 11, 25; Lc 10, 21).

Entre las oraciones más conocidas de Jesús resalta la invocación de *Abba* citada por Marcos: «¡*Abba!*, Padre: Tú lo puedes todo, aparta de mí este cáliz. Pero no sea como yo quiero, sino como Tú quieres» (Mc 14, 36). *Abba* forma parte de las «mismísimas palabras de Jesús» y no ha sido inventada por el evangelista Marcos. Esta invocación se difundió en poco tiempo y se imprimió en la memoria de las primeras comunidades. El nombre de Dios que Jesús ha dado a conocer es «Padre».

Durante su predicación, Jesús unió el amor a Dios y el amor al prójimo. En la oración de Jesús, unió el mandamiento a Dios y el mandamiento al prójimo, ya que el amor a Dios se verifica en el amor al prójimo, y al contrario. La parábola del buen samaritano aclara de manera irrefutable el vínculo entre los dos mandamientos.

EL PADRENUUESTRO (Lc 11, 1-4)

La oración de los discípulos

Las parábolas sobre la oración, que están relacionadas con el *Padrenuestro*, comienzan con la breve sección que el evangelista Lucas dedica al tema (Lc 11, 1-13). Estamos en el inicio del viaje de Jesús con sus discípulos hacia Jerusalén (Lc 9, 51), lo encontramos en un lugar orando. En ese momento, uno de sus discípulos le pide: «Señor, enséñanos a orar, como Juan enseñó a sus discípulos» (Lc 11, 1).

Los hombres y las mujeres se convierten en personas de oración siguiendo a quien ya ha aprendido a orar. Hay que pasar de la espontaneidad en la oración a una frecuencia constante, de lo contrario la oración irá desapareciendo poco a poco, debido a las preocupaciones de la vida cotidiana.

Jesús hizo la oración cotidiana y normal, para realizarla en cualquier lugar: en casa, por la calle y mientras se está de viaje. El *Padrenuestro* se inserta en este contexto y es esencial para todo discípulo de Jesús.



El *Padrenuestro* ha sido transmitido con dos redacciones similares y diversas al mismo tiempo, una más larga, de Mateo (Mt 6, 9-11) y una más breve, de Lucas (Lc 11, 2-4). El contexto también es diferente: Mateo lo coloca en el Sermón de la Montaña, y Lucas en el comienzo del camino hacia Jerusalén. El *Padrenuestro* pertenece a las «mismísimas palabras de Jesús». La principal novedad sobre el *Padrenuestro* en el Evangelio de Lucas afecta a la relación que establece Jesús con las parábolas de la oración. De hecho, sin ningún tipo de interrupción, Jesús relata la parábola del amigo importuno (Lc 11, 5-13) para profundizar en la relación entre los discípulos y el Padre celestial (Lc 11, 13).

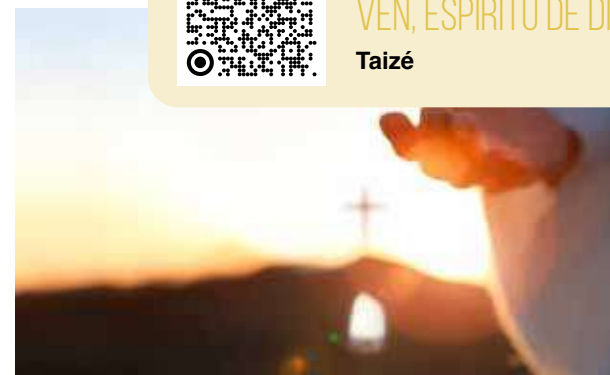
Jesús enseñó a orar con las parábolas; y el *Padrenuestro* se refleja en las parábolas que aclaran sus contenidos. Jesús no podía escoger un mejor camino para enseñar a orar.

ORACIÓN PERSONAL Y COMUNITARIA

En la reflexión que acabamos de hacer se nos invita a adentrarnos en las parábolas con las que Jesús abre algunas ventanas de la paternidad infinita de Dios sobre el mundo. A la luz de estas parábolas sobre la oración se pueden delinear cinco fases de la original escuela de oración enseñada por Jesús:



CANTO
VEN, ESPÍRITU DE DIOS
Taizé





1. LA PARÁBOLA DEL AMIGO INOPORTUNO Y EL PAN COTIDIANO (Lc 11, 5-13)

La parábola del amigo inoportuno enseña a pasar de una oración dictada por la urgencia o la necesidad a una generada por el Espíritu Santo. La oración es como el pan necesario entregado por el Padre a sus propios hijos. Con el Espíritu, el Padre da a cada discípulo lo que es necesario para él.

Esta primera parábola de la oración menciona al Espíritu Santo para que cada uno aprenda a respirar con el Espíritu de Cristo. Sin embargo, el Espíritu del que se habla en la parábola no es un espíritu de predicción, como el viento que susurra entre los árboles. Es más bien el Espíritu que establece una relación de confianza con el Padre y Jesucristo. El Espíritu es sumamente necesario en la oración porque, si no, se cae en la espontaneidad y en el arbitrio por el que cada uno ora como quiere y cuando quiere.

El Espíritu Santo es el maestro interior que enseña a orar con perseverancia. El primer nivel de enseñanza de Jesús sobre la oración en las parábolas aborda el paso de una oración extemporánea y espontánea a una constante, bajo la guía del Espíritu.

PARA LA REFLEXIÓN EN GRUPO:

¿Nos limitamos a orar de manera espontánea, según la necesidad del momento o, vamos trabajando para llegar a alcanzar una manera de orar constante que nos lleve a una auténtica relación con Dios?



MOMENTO DE SILENCIO





2. LA PARÁBOLA DEL PADRE MISERICORDIOSO Y LA REMISIÓN DE LOS PECADOS (Lc 15, 11-32)

La segunda fase de la oración enseñada por Jesús ve la poderosa relación entre el Padre misericordioso y sus dos hijos. Siempre es necesario aprender a pedir la remisión de las propias deudas sin olvidar el perdón de los propios deudores. Dios es siempre un padre que busca a sus hijos. Con su misericordia corrige la oración dictada por la urgencia de su hijo pequeño, santificándolo con la compasión, y la de su hijo mayor, restableciendo su fraternidad. No podemos invocar a Dios como Padre si no reconocemos en el otro a nuestro hermano.

Con esta parábola, más famosa, Jesús enseña a orar corrigiendo la oración del hijo pequeño y la del mayor. La oración del pequeño es rectificada por la santidad con la que Dios le devuelve su dignidad de hijo. La del primogénito es vista de nuevo por la paternidad ilimitada de Dios.

El padre no niega los derechos adquiridos por el primogénito, pero le pide ir más allá: reconocer al hermano que ha vuelto a la vida. Entre la súplica del hijo menor, nacida de la urgencia, y el derecho adquirido del hijo mayor, se impone la increíble paternidad de Dios. La respuesta de Dios con la santificación del hijo pequeño es equilibrada por la reconciliación con la que el mayor debería acoger a su hermano. Extraño, pero verdadero; Dios reconcilia a sus hijos más de lo que un hermano sabe reconciliarse con su hermano. Esta fascinante parábola enseña a orar sin olvidarse de su hermano. De otro modo, el Padre no sabe qué hacer de una oración que no se haga cargo del pecado de los demás: la remisión de los pecados, pedida por el *Padrenuestro*, es inseparable del comportamiento de quien persona a su hermano la deuda contraída.

PARA REFLEXIONAR EN GRUPO:

Cuando oramos, ¿nos centramos sólo en nosotros mismos, o tenemos en cuenta en nuestra oración a nuestros hermanos, sus dificultades, sus necesidades?



3. LA PARÁBOLA DE LA VIUDA, EL JUEZ Y LA FE (Lc 18, 1-8)

El giro en la escuela de la oración de Jesús se verifica con la parábola de la viuda y el juez descreído. La petición en el *Padrenuestro* de no caer en tentación está ilustrada por la fe perseverante o constante de la viuda. No se trata de cualquier tentación moral, sino de la tentación de la fe obligada a atravesar la prueba.

Esta parábola no se limita en insistir en la perseverancia en la oración; añade la finalidad esencial de la oración: crecer en la fe, sobre todo ante la tentación de no ser escuchados. En el inicio de la parábola, la viuda es más débil que el juez: su adversario le ha hecho injusticia. Al final, es más fuerte que el juez porque recibe lo que ha pedido con insistencia.

La oración transforma la debilidad en fuerza porque está sostenida por la gracia: «Te basta mi gracia: la fuerza se realiza en la debilidad» (2Cor 12, 9).

PARA REFLEXIONAR EN GRUPO:

¿Creemos que la perseverancia en la oración puede llegar a alcanzar aquello que realmente necesitamos, que estamos pidiendo, o nos desanimamos fácilmente cuando vemos que no conseguimos las cosas de manera inmediata?





4. LA PARÁBOLA DEL FARISEO, EL PUBLICANO Y LA SANTIDAD DEL TEMPLO (Lc 18, 9-14)

Entre la profanación y la santificación del nombre de Dios, la parábola del fariseo y el publicano en el templo compara dos tipos de oración. Por una parte, la oración arrogante y narcisista en exceso del fariseo; por la otra, la oración humilde del publicano. La inflexión de la situación demuestra que Dios justifica o santifica al publicano y no al fariseo.

La parábola del fariseo y del publicano en el templo termina de manera imprevista. Jesús exalta la inflexión de la situación: mientras el publicano regresa a casa justificado, el fariseo no está justificado. Sólo Dios conoce y lee el corazón humano: lo valora por la sinceridad y el arrepentimiento con el que se pone en su presencia. Una situación tan invertida es impensable para cualquiera.

Esta parábola del fariseo y el publicano abre una ventana a la misericordia infinita de Dios que busca un corazón humillado y arrepentido, no un hombre inflexible y prepotente. Cuanto más seamos hombres y mujeres de oración, más humildes seremos; como María, que en el *Magnificat* reconoce el actuar inesperado de Dios: dispersa a los soberbios y enaltece a los humildes (Lc 2, 52).

PARA REFLEXIONAR EN GRUPO:

Cuando vamos a la oración, ¿cuál es nuestra actitud, la del publicano arrepentido o la del fariseo que se cree mejor que nadie? ¿La oración nos ayuda a sentirnos humildes y pecadores ante Dios?



MOMENTO DE SILENCIO



5. LA PARÁBOLA DE LA HIGUERA Y LA LLEGADA DEL REINO (Lc 21, 39-36)

La breve e incisiva parábola de la higuera que florece cierra las parábolas sobre la oración. La oración llega a su plena maduración cuando por medio de la vigilancia permite al discípulo reconocer los signos de los tiempos o del Reino de Dios que se acerca. Entre el Espíritu que sigue guiando a los creyentes y el Reino que hay que reconocer en los pasos entre las estaciones, la oración es más necesaria que nunca. Si no, no se está en condición de reconocer las distintas estaciones de la vida personal y comunitaria. No resulta fortuito que la última fase de la escuela de oración de Jesús termine con la vigilancia abierta a la esperanza, en vistas al encuentro con el Señor.

Esta última parábola de Jesús en el Evangelio de Lucas está dedicada a la oración vigilante: es la fase más madura de la oración. Pedimos al Padre que «venga su Reino» o que haga cercana su presencia en lo creado y en la humanidad de nuestro tiempo. Compete al discípulo la elección entre la vigilancia y el sueño en la prueba que comporta la fe. Jesús no afrontó la hora de la agonía durmiendo noches tranquilas, sino con una oración vigilante atravesada por la invocación «¡Abba!, Padre» (Mc 14, 13).

Cuanto más madura sea la vigilancia en la oración, más se dará cuenta el discípulo de cuándo llega a una nueva estación para la naturaleza y los seres humanos. La parábola más breve de Jesús termina con una mirada a la esperanza. La esperanza cristiana no es una virtud entre las muchas que existen, sino que Cristo mismo es «esperanza de la gloria» (Col 1, 27).

PARA REFLEXIONAR EN GRUPO:

¿Nuestra manera de orar nos mantiene en tensión, nos ayuda a estar vigilantes ante lo que está por venir? ¿La oración nos ayuda a mantenernos firmes en la esperanza, que, como dice san Pablo, no defrauda?



MOMENTO DE SILENCIO



CONCLUSIÓN

Podemos dejar un momento de silencio, para poder orar, como recogiendo todo lo que hemos reflexionado en las parábolas de la oración. Y terminamos también este encuentro orando por las necesidades del mundo. Nos hacemos eco de tantas personas desprotegidas y vulnerables, de tantas realidades donde hace falta que Dios haga presente su paz y su misericordia.

Podemos hacerlo con una música suave, que nos ayude a entrar en el corazón del Padre y en su Hijo Jesucristo, con la guía del Espíritu Santo.

PADRE NUESTRO

CANTO A LA VIRGEN MARÍA, O REZO DE LA SALVE O DEL AVEMARÍA

CUADERNO

6

LA IGLESIA
EN ORACIÓN

LA IGLESIA EN ORACIÓN

CUADERNO 6



Estamos llamados a poner la oración en el centro de nuestra relación con Dios. La oración es el sustento de nuestra fe, de la Iglesia, por eso hemos de alimentar y mantener nuestra relación con el Señor a través de la oración.

La oración que Cristo dejó en herencia a su Iglesia es su Misterio de Hijo, es Él mismo. Dándonos a su Hijo, el Padre nos dio el misterio mismo de la oración, la posibilidad de entrar en comunión real con Él. Cuando hablamos de la oración de la Iglesia, estamos hablando de nuestra propia oración.

Cristo tiene un deseo ardiente de estar con nosotros, es la fuente de la oración. La unión entre Dios y el hombre es la esencia de la Iglesia, lugar donde se unen y se iluminan los misterios de la Trinidad, encarnación, redención, la gracia y realidades últimas.

Dios nos busca continuamente, el corazón del camino de cada oración es dejarnos alcanzar por Quien nos busca. Pero, por nuestra falta de sensibilidad espiritual, a menudo es difícil dejarse sorprender por este Dios que nos busca constantemente.

Debemos tener sed de Dios, de encontrarlo; como pobres mendigos, debemos pedir a su Espíritu el deseo de acercarnos a Él en su casa de oración, en su Iglesia.

Toda la creación estaba orientada a ser casa de Dios y de oración pero, por el pecado, el canto de la creación que proclamaba la gloria de Dios se transformó en gemido, la alegría del hombre se transformó en miedo.

También ahora seguimos escondiéndonos, sin responder al deseo de Dios de estar con nosotros. Tenemos miedo a la intimidad con Él, y muchas veces hemos pensado que la oración es nuestro “deber” como criaturas. Por eso dirá San Pablo (*Rom 8, 26*): “No sabemos pedir como nos conviene”.

A través de la Encarnación, Cristo introduce con toda su vida humana el Cántico eterno que Él canta, movido por el Espíritu: “Abba-Padre”. Un cántico que sólo Él puede cantar de verdad y que sólo los pequeños de la tierra pueden aprender.



La belleza de los salmos, de los profetas, de las palabras de la Ley... son un eco de este cántico. Jesús canto este “cántico nuevo” durante toda su vida, pero de modo pleno y perfecto cuando se acompañó con la cítara de la Cruz.

Es en la Cruz donde orar y entregarse son una sola cosa. Del costado de Cristo brotaron agua y sangre, que son la única fuente del Espíritu, que es quien nos enseña a orar. Su costado es la vida de la Iglesia, la vida del mundo. La Iglesia nace en la Cruz Pascual.

Es necesario que la gracia del Espíritu, que enseña a Jesús a decir Padre, nos enseñe también a nosotros a decirlo, a tener los mismos sentimientos de Jesús. Y los sentimientos de Cristo Jesús, traducidos en lenguaje humano, corresponden a lo que llamamos “infancia”, a abandonarnos en sus manos como un niño, porque el niño sabe que por sí mismo no puede hacer nada, que necesita todo y a todos.

Sólo podremos acoger el don de la verdadera oración cuando vivamos en una total dependencia de la misericordia del Padre, aceptando nuestra pobreza con humildad y confianza.

En la Cruz Pascual celebra la Iglesia su unión nupcial con su Esposo, y la Eucaristía es el banquete de bodas, en el cual el Esposo se une tan íntimamente a su Esposa que se hace comida y bebida para que los dos vivan en una única vida, la del Esposo. Es en la Eucaristía donde la Iglesia alcanza su plenitud y se realiza la unión perfecta con la Trinidad. Por eso Benedicto XVI dirá: “La oración de la Iglesia es la oración de Cristo y la oración de Cristo es la oración de la Iglesia”.

La Eucaristía es el culmen de nuestra unión con Cristo en su oración de alabanza al Padre, una unión que se expande en toda la vida. Y un lugar donde la Eucaristía se prolonga es la Liturgia de las Horas, donde toda la Iglesia entona el mismo cántico.

Sin embargo, aunque es absolutamente necesaria, la sola unión con Cristo en la liturgia no es suficiente si no se convierte en la forma estable de toda nuestra vida. El deseo de estar unidos a Jesús es lo único que nos permite vivir una oración ininterrumpida, que Jesús viva en nosotros su vida, su oración: ABBA.



También San Agustín nos hablará de la oración de deseo, que es otra oración interior no interrumpida. Y, si no se interrumpe el deseo, estaremos orando siempre: «Hagas lo que hagas, si deseas a Dios en tu corazón no interrumpirás tu oración. Callas si dejas de amar. El frío de la caridad es el silencio del corazón; el ardor de la caridad es el clamor del corazón».

Desde el instante que fue traspasado el costado de Cristo, surge el río para dar la vida al mundo, aplacar nuestra sed y la sed de Dios y este río no para de brotar, de inundarnos y derramarse por toda la tierra. El Espíritu suscita y mantiene viva en nuestros corazones esta sed de agua viva.

Sólo hay una sed que nos atormenta: la sed de ser amados por el Padre. Sólo el Espíritu (el amor de Dios) puede aplacar nuestra sed porque el Padre nos ama de verdad, sin pedir nada a cambio.

Este deseo de encuentro con Dios con nuestra incesante oración parece que obtiene una respuesta del silencio. Tenemos que tener una vigilancia perseverante esperando su regreso.

Sólo la obra del Espíritu Santo puede hacernos vivir en esta espera sin vacilar, sin perder la esperanza. El silencio, esa ausencia de Dios que experimentamos en ocasiones, es la purificación necesaria de todos los que oran para poder alcanzar la visión del Dios verdadero. Su silencio nos obliga a recordar que “sin mí no podéis hacer nada” (*Jn 15, 5*).

Existe un “lugar” donde es colmada esta espera de Dios en el silencio y la pobreza de espíritu, un lugar donde el Esposo y la Esposa se encuentran: el desierto, lugar donde los seres humanos experimentamos nuestra vulnerabilidad, nuestra impotencia porque se revela nuestra debilidad.

Como la Iglesia, cada uno de nosotros es “atraído” por el Espíritu al desierto. Él nos hace intuir que hay algo en el desierto. Lo bello del desierto es que, en sus profundidades, hay un pozo que es donde está Jesús sentado, esperando para que le demos de beber.

En el desierto nos encontramos con Jesús, que nos revela que también Dios tiene sed, una sed de nosotros que le llevará a la muerte, a la





cruz. Por tanto, también hay un desierto para Dios, y este desierto es el rechazo a su amor divino.

En el desierto, cuando las voces y ruidos callan, Dios nos habla al corazón. Él nos guía al desierto por misericordia, y debemos dejarnos guiar por el Espíritu para que nuestro orgullo sea reducido al silencio y podamos descubrir el rostro de Dios.

Toda nuestra vida de oración se concentra en dejar que Cristo viva en nosotros su vida de alabanza y ofrenda al Padre. Compartir el silencio y la soledad de su noche Pascual, puesto que la Pascua es el único hecho que ha cambiado la historia.

La oración más distraída, más árida, la que nos parece más vacía, siempre es escuchada, porque Quien la escucha está vivo y presente. La oración es comunión con el resucitado.

María es Madre de oración, de la nuestra y la de la Iglesia, ya que es Madre del Único que puede y sabe orar. En la medida de nuestra fe, María está siempre engendrando silenciosamente en nosotros a Cristo, y por eso está engendrando nuestra oración, sobre todo la de los que no saben pedir como conviene. Debemos dejarnos transformar en el nuevo Adán a través del molde que Dios utilizó, que es María.

Debemos dar testimonio de vida a través de la oración buscando el rostro de Dios. La oración es la unión con Dios, la unión de nuestra alma con Él. La oración es la gracia de lo Alto. Por la fe sentimos que Dios está con nosotros y nos da ese Don de poder y saber orar, de ver que Dios actúa en nosotros a través del Espíritu Santo, y abrírnos a que actúe en nosotros; a través de la oración desarrollamos el hábito de la escucha pacífica del corazón.

El conocimiento de Dios es un acto de amor, “no soy yo el que vive, es Cristo quien vive en mí. Orar es amar.



ORACIÓN COMUNITARIA

AMBIENTACIÓN

Como ambientación colocar en el centro una Cruz.

La Cruz es el símbolo de la fortaleza de la Iglesia. La Iglesia en oración, personal y comunitaria, es un Don de Dios a través de Jesucristo.

MOTIVACIÓN INICIAL

El Jubileo ordinario 2025 “Peregrinos de Esperanza”, lo debemos preparar para vivirlo plenamente a través de la Iglesia en Oración.

Hemos de reconocer el poder de la oración como la auténtica esperanza, como una verdadera necesidad, más en estos difíciles tiempos que está viviendo la humanidad, llenos de dificultades para el cristiano.

La Iglesia es la fuente, la escuela de la Oración y en ella hay que perseverar, abandonándonos en el Espíritu Santo y siguiendo el ejemplo de los apóstoles y los santos.

Nos disponemos a orar.



ORACIÓN DEL JUBILEO

CANTO: Aquí estoy, Señor.

Busco un instante en el recuerdo que haga decirte lo que pienso, que no hay nada más que el tiempo entre Tú y yo, que estoy solo en el silencio del perdón.

Di, solo Señor, las palabras en mi corazón.

**Aquí estoy, Señor vengo a hacer tu voluntad,
dame Tu calor y la fuerza para amar.
Aquí estoy, Señor dime a dónde caminar,
dame de Tu pan, mi Dios, dame hoy tu paz Señor.**

LA PALABRA (EFESIOS 5, 25B-27)

Cristo amó a su Iglesia. Él se entregó a sí mismo por ella, para consagrarla, purificándola con el baño del agua y la palabra, y para colocarla ante sí gloriosa, la Iglesia, sin mancha ni arruga ni nada semejante, sino santa e inmaculada.

✝ SILENCIO Y MEDITACIÓN

Después de la meditación individual, comentamos en grupo algunas de las frases que más nos han impactado.

✝ SILENCIO

CANTO: La iglesia en oración.

LECTOR:

Cuando oramos, habitualmente tenemos una lista de peticiones que queremos hacerle a Dios. Nos concentramos en nuestras necesidades y las de nuestros seres queridos. A menudo olvidamos que hay otras causas importantes por las que debemos orar: Por la Iglesia en general.



TODOS:

“Cuando contemplo el cielo, obra de tus dedos, la luna y las estrellas que has creado. ¿Qué es el hombre para que te acuerdes de él?”.

LECTOR:

Dios es tu Padre Celestial y desea saber de ti. Nos acercamos a Él a través de la oración. Como su hijo, puedes pedirle a tu Padre Celestial su ayuda y guía en tu vida.

La oración la podemos hacer en voz alta o interiormente. Podemos hablarle a Dios como lo hacemos con otras personas. Tus palabras no tienen que ser memorizadas. Es más importante que abras tu corazón. Ten fe en que Él está ahí para ti, y que te escucha, porque así es. Ten fe en que Él te ayudará, porque lo hará.

La oración es uno de los dones más valiosos que hemos recibido de un amoroso Padre Celestial. Orar por la Iglesia es orar por todos y cada uno de nosotros.

TODOS:

Amado Dios, por favor permíteme alcanzar mis metas. Amado Dios, hoy me presento ante Ti a elevar esta oración que nace desde mi corazón, pues confío en tu bondad y sé que mi súplica será escuchada. Tú me conoces desde siempre y también conoces mis problemas, mis ilusiones, mis grandes anhelos y mis necesidades.

LECTOR:

“Pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis, llamad y se os abrirá” (Mateo 7, 7).

En este momento difícil que a la Iglesia le toca transitar viene en nuestra ayuda la luz de testigos, que la banalidad ambiental tiende a olvidar.

Dios nos promete que cuando nos volvemos a Él en oración, nos dará respuestas y guía. Se comunica con nosotros por medio del Espíritu Santo, en la forma de buenas ideas y pensamientos, o sentimientos



de paz y consuelo. Cuando tenemos esos sentimientos, quiere decir que Dios nos está animando, nos está mostrando verdades y dándonos dirección.

Cada persona sentirá al Espíritu Santo de manera diferente. En la Biblia, a menudo se describe como una “voz apacible y delicada” (1Re 19, 11-12), que casi parece susurrar a tu mente.

Con frecuencia, Dios responde a nuestras oraciones por medio de otras personas. Él puede poner personas en nuestra vida en el momento preciso que nos pueden dar o ser la respuesta que buscábamos.

También podemos obtener respuesta a nuestras oraciones al leer su Palabra. Cuando oramos y leemos la Biblia, el Espíritu Santo nos puede dar ideas y dirección personalizadas. Dedicar tiempo para leer y orar su palabra también es una manera de mostrarle a Dios que realmente deseamos su respuesta.

TODOS: “*Señor enséñanos a orar*”.

Señor, enséñanos a orar, quita de mi mente los esquemas del mundo.

Haz que me encuentre contigo y sea lo que quieres de mí.

Quiero encontrarme contigo y ser lo que quieres de mí.

CANTO: Elegir un cántico final.

GESTO FINAL:

Dar testimonios personales y particulares de todo lo rezado y reflexionado.

REZO DEL PADRENUESTRO



LA ORACIÓN DE MARÍA Y DE LOS SANTOS



CUADERNO 7



INTRODUCCIÓN

En nuestra vida, cuando no podemos con la carga, a menudo viene alguien a nuestro encuentro, y ésta es María.

Los lugares bíblicos donde Ella estuvo y vivió nos revelan su identidad y cuáles son nuestros espacios interiores en los que María nos pide vivir en la actualidad.

En las escasas palabras de María que transmiten los evangelios observaremos también sus gestos, sus miradas y su manera de comportarse. Con esto podemos aprender de María a situarnos delante de las personas y los acontecimientos.

LOS LUGARES GEOGRÁFICOS Y ESPIRITUALES

Para captar la vida de María, es necesario pasar de lo visible a lo invisible, pasar de lo concreto a nuestra vida interior, para leer, entender y captar lo que María quiere transmitirnos.

¿Quién eres, María? ¿Dónde vives?

Partimos de las preguntas: “¿dónde estás?, ¿dónde vives?”, que son claves para entender esto. “¿Dónde estás?” es la primera pregunta del Señor en la Biblia. Y no se trata de un lugar físico, quiere decir si estás en el sitio correcto, es decir, “¿en qué punto del interior de ti mismo te encuentras?”. El Señor interpela, invita y espera a cada uno para una cita y un encuentro.

“¿Dónde estás, María?” ¿Y si planteáramos esta pregunta a la Madre de Jesús en el Evangelio? Existe un nexo entre la identidad de María y los lugares donde vivió. Estos lugares tienen distintos significados espirituales y nos introducen en una relación más cercana y viva con Ella.

En Belén de Judea

¿Qué nos enseña María en Belén? Que Belén es para todos el lugar de nuestro nacimiento, de nuestros orígenes y de nuestros inicios. María



nos enseña a ser morada y receptáculo para que nosotros hagamos nacer al Verbo. Ella además nos engendra a la vida de Dios, como lo hizo con Jesús.

Vivir con María en Belén es vivir en el conocimiento y la confianza del Padre y no bajo el reconocimiento de los hombres, que a Ella, en su mayoría, no la vieron, no la oyeron, no la reconocieron.

Galilea: “encrucijada de naciones”

El profeta Isaías describió esta provincia como “encrucijada de las naciones” (*Is 8, 23b*). Vivir en Galilea quiere decir vivir en un lugar de paso, donde la diferencia se vive en la aceptación y la acogida. Es la región de los inicios, de los comienzos, donde todo está por recibirse y por construirse. Nuestra Galilea existencial es el espacio de los comienzos y de las llamadas interiores, cuando empezamos a ponernos en marcha. ¿Cuál es nuestra “Galilea del corazón” donde nos espera María? En Galilea aparecen tres pequeñas ciudades en los relatos evangélicos: Cafarnaún, Caná y Nazaret.

En Nazaret de Galilea

Nazaret es el lugar de la juventud de Jesús, con María y José. Es un pueblo desconocido, escondido o incluso insignificante, no aparece en las profecías ni en los libros históricos y los salmos. Nazaret marca la vida oculta de María con José y Jesús. Aquí, María escucha a Gabriel y por primera vez escuchamos sus palabras. Para nosotros vivir en Nazaret es vivir en un lugar de calma donde no cuentan las miradas de los hombres y la Palabra puede ser escuchada. Un lugar de silencio, donde vivir feliz por estar liberados del miedo de la mirada de los demás y de sus juicios. Lugar de intimidad y confianza, de respeto y convivencia fraterna, de sencillez y humildad donde nos espera María para nuestro crecimiento y fecundidad en Dios.

En Caná de Galilea...

“A los tres días había una boda en Caná de Galilea, y la madre de Jesús estaba allí” (*Jn 2,1*). El evangelista Juan es el único que relata



la presencia de María cerca de Jesús adulto. Lo que va a ocurrir en Caná está presentado como un acontecimiento de revelación, una manifestación no humana, sino divina. María se da cuenta de que falta algo y dice: “Haced lo que Él os diga”. Es la primera en abrir y en mostrar el camino. Ella ve lo que los demás no han visto.

En la Biblia, el vino es el simbolismo nupcial y del amor. En el relato, las órdenes de Jesús son obedecidas y Jesús asocia a los sirvientes a su milagro. Esto señala el deseo de Jesús de que participemos con Él. Gracias a María, la palabra de Cristo llama a los sirvientes a colaborar con Él.

Nuestro “Caná interior” es un lugar de alegría compartida. Estar en Caná significa estar en un espacio de entrega, ya que cada vez que estamos en el servicio, nos entregamos en un acto de generosidad y de luz. María es nuestro “Caná interior”, nos muestra las necesidades de nuestros hermanos para que las entreguemos interiormente a Jesús. Caná es el aprendizaje de la caridad en la humildad total.

MOMENTO DE ORACIÓN PERSONAL



SILENCIO MEDITATIVO

Respondo en el silencio de mi interior a estas preguntas:

- ¿“Dónde estoy” en este momento de mi vida?
- ¿Cuál es mi “Galilea del corazón”?
- ¿Reconozco mi “Nazaret interior”?
- ¿Cómo vivo mi “Caná interior”?

LAS PALABRAS DE MARÍA

María pronunció siete frases recogidas en el Evangelio, acompañadas de actitudes gestuales y posicionamientos interiores.

María, con sus silencios, sus retoques y sus palabras nos enseña la prioridad de lo interior, la confianza en nuestro Padre Dios y, por último, el recuerdo vivo de sus dones.



“¿Cómo será eso?” (Lc 1, 34)

La primera palabra de María en el Evangelio, en respuesta al anuncio del ángel, es: “¿Cómo será eso, pues no conozco varón?” (Lc 1, 34).

Al aceptar, María se ponía en peligro de muerte según la ley judía. Fue libre para aceptar, pero la llamada que el Señor le dirige no la dejó tranquila. María se une así a todas las mujeres en situaciones complejas, para mostrar que el Señor está allí, con ellas.

El ángel la llama “llena de gracia”, significando que lo que le pasa es algo único y excepcional. Al aceptar lo que le propone el ángel, no solamente aparece como una colaboradora del Señor, sino que muestra su confianza y su valor. Y responde con una pregunta: “¿Cómo?” No pregunta: “¿Por qué?” Acoge y recibe, quiere colaborar, se comunica de igual a igual. Es la respuesta de una mujer inteligente, abierta y acogedora, ni apagada, ni dubitativa, ni que se esconde. Como María, podemos plantear todas las preguntas al Señor a condición de que se haga en la confianza del amor y no en la exigencia de una reivindicación. Aprendamos a hablar al Señor como María, sencilla y humildemente.

Hágase en mí según tu palabra (Lc 1, 38)

María pronuncia un sí sin reservas ni condiciones, da su consentimiento a esta llamada del Señor. Y lo hará en cada momento de su vida: desde Nazaret hasta al pie de la cruz. Su confianza es una elección decisiva para la acción y la voluntad de Dios, sin resignación ni sumisión.

En cuanto a nosotros, en algunas ocasiones nuestra confianza todavía está hecha de interrogantes y rechazos. María nos enseña a basar nuestra existencia en la confianza. La confianza de María es una fuerza y una energía que la sostienen, está habitada por ellas. Así, María es libre para orientar su vida hacia lo esencial.

¿Por qué nos has tratado así? (Lc 2, 48)

El evangelista Lucas es el único que relata la infancia de Jesús. En este episodio, Jesús perdido y hallado en el Templo, comparte con nosotros las emociones y reacciones de María y José, entramos en la intimidad de su relación. Y reaccionan con admiración y sorpresa.





En la tradición judía los doce años son muy importantes: celebra la edad adulta, leen un pasaje de la Torá y son sometidos a preguntas. Con Jesús, el modelo se ha invertido, es Él quien hace las preguntas. Jesús se muestra como el Hijo de Dios. Y a los doce años insta a sus padres a emprender una conversión, un cambio, una novedad.

La pregunta de María nos interpela. Con el Señor, no hay nada establecido en la vida, ya sea en lo cotidiano o en la vida en general. Hay momentos de incertidumbre y momentos de gran fe y presencia. María nos enseña a permanecer en la confianza, hemos de preguntar sin reprochar. María nos da a entender que nada de lo que vivimos le es indiferente a su Hijo.

“El ángel entrando en su presencia”. Lo encontraron en el Templo

Los dos puntos anteriores se desarrollan en unos espacios precisos: la casa y el Templo, lugares altamente simbólicos.

La casa es un espacio de intimidad al que entramos por una puerta que se abre hacia dentro. María acoge al ángel “en su presencia”, es decir, en su casa. María acoge y hace de sí misma morada para el otro. Con María nuestra vida espiritual podría empezar con: ¿Quién entra en nuestra casa?

María se deja visitar. Al abrir la puerta, dejamos entrar al Espíritu Santo que actúa, transforma y vivifica. María nos enseña a vivir en nuestro interior, en nuestra morada, para estar más cerca de Dios y así de los demás.

En el Templo está Dios, es lugar de oración. Nuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo (1Cor 19). Con María adquiere otro significado. Encontrar a Jesús en el Templo es encontrarlo en nosotros viviendo por el Espíritu y actuando en lo cotidiano.

María conservaba todas estas cosas, meditándolas en su corazón (Lc 2, 19). Su madre conservaba todo esto en su corazón (Lc 2, 51)

Nos fijamos ahora en la actitud de María que se sitúa y posiciona no en la reflexión cerebral sino dentro y a partir de su corazón.

El corazón es el lugar de nuestra más profunda intimidad. Es nuestra “casa” interior y desempeña tres funciones esenciales: silencio, conciencia y decisión. El silencio interior se experimenta en la oración



y la meditación. La conciencia permite denominar los movimientos interiores. La decisión sostiene el dinamismo interior.

María no se esconde ante todo lo que le sucede, sino que conserva, medita y busca un sentido en su corazón. Si hacemos como Ella, nos convertiremos a nuestra vez en casa de Dios y su Palabra.

Meditar es atravesar los distintos niveles de lectura; atravesar la comprensión literal y simple, recorrer el nivel relacionado con el símbolo y abrirse a la búsqueda para entrar en la luz nueva de las Escrituras, la del corazón.

Sólo la palabra y los acontecimientos meditados pueden suscitar mujeres y hombres nuevos. Meditar en y con su corazón es posicionarse en un lugar de gratuidad y de gratitud.

María medita y vela para no olvidar, medita y conserva para fijar en su memoria lo esencial y para no dispersarse. Medita sin intentar entender racionalmente y nos enseña a hacer lo mismo. Con María se nos pide mirar nuestra vida e interrogarnos sobre “cómo” vivir lo que nos sucede.

Las dificultades a la hora de meditar nos enseñan que meditar es entrar en el descanso del Señor, penetrar en su gracia operante y retirarse.

María escuchaba al Espíritu Santo. Su meditación se practica en la fe, la esperanza y la caridad.

MOMENTO DE ORACIÓN PERSONAL

✝ SILENCIO MEDITATIVO

Respondo en el silencio de mi interior a estas preguntas:

- En los acontecimientos de mi vida, ¿qué le pregunto al Señor: “cómo” o “por qué”?
- ¿Le respondo “sí” al Señor, sin condiciones como María?
- ¿Dejo que Dios entre en mi corazón? ¿Cómo?
- ¿Medito la Palabra de Dios cada día de mi vida?



UNAS MUJERES SANTAS Y MARÍA

Nos detenemos en dos santas unidas a María. Son francesas, pero podrían ser de cualquier lugar, porque María se hace ver a quien quiere en todo el mundo.

Santa Catalina Labouré: “Pasaba desapercibida”

Tras quedarse huérfana y acoger a María como Madre, en 1830 inicia su formación con las Hijas de la Caridad en París, congregación fundada por San Vicente de Paúl. Recibe tres apariciones de María que serán determinantes para toda la Iglesia. María quiere así mostrarnos un camino, enseñarnos no solamente orar, sino a volverse oración y dar sentido a nuestras oraciones.

Catalina recibe las instrucciones para tallar la medalla milagrosa, con la inscripción: “Oh María sin pecado concebida, ruega por nosotros que recurrimos a ti”. María quiere ser cercana a cada ser humano y desciende a lo cotidiano, utiliza un medio sencillo: una pequeña medalla que llevar encima, cerca del corazón. En estas apariciones se hace accesible porque desea la salvación de cada uno de sus hijos. Dan testimonio de su fuerza luminosa para implicarnos con ella.

Santa Bernadette de Lourdes: “La mejor prueba de la aparición”

María pregunta a Bernadette Soubirous, una niña de 14 años, a orillas del Gave: “¿Quieres venir aquí durante quince días?” Como Jesús, María interroga y desea un encuentro sin presión.

Se aparece dieciocho veces a Bernadette, la séptima es la más significativa: le dijo que fuera a beber a la fuente. María puso en valor una fuente existente y hace lo mismo con cada uno de nosotros, despierta esa presencia oculta. Luego viene el tiempo de “escarbar” en nuestra tierra interior, que necesita tiempo. María es una madre paciente, sonriente y cercana. En la actualidad, desde hace más de 150 años, la fuente sigue manando.

María se revela en la relación que es conforme a su imagen: clara y cariñosa, llenando el corazón de alegría y de paz. Se pone al alcance de cada uno de manera única y adecuada.



CONCLUSIÓN

Este texto está dirigido a los que buscan su camino para encontrar o para volver a encontrar su sitio, su lugar.

Se han recorrido los distintos lugares, y la primera pregunta es “¿dónde estás?”, la pregunta de nuestra vida. ¿Cómo llegar a este lugar? Abriendo las puertas a María para llegar a nuestra intimidad, confianza y memoria con el fin de hacer renacer en nosotros la vida del Espíritu Santo. El lugar del corazón.

Lo esencial de nuestra vida será encontrar ese lugar para establecernos allí en la escucha, el discernimiento y la decisión. Tener a Dios como Padre significa tener en primer lugar a María como Madre.

Con María, todo lo que nos ocurre tiene sentido y es posible renacer en Ella, para poder entrar en nuestro corazón y, desde allí, acoger a todos.

ORACIÓN COMUNITARIA

Santa María del silencio, enséñanos a entrar en nuestro corazón, a saber escuchar, a encontrar el camino correcto para discernir la llamada del Señor y responder con humildad.

Enséñanos, María, a recorrer los lugares de nuestra vida para llegar a reconocer la luz que nos brinda el Espíritu Santo y poder colaborar con el Señor en la misión encomendada.

María, Maestra de Oración, ruega por nosotros. Amén.

LA ORACIÓN QUE JESÚS NOS ENSEÑÓ: “PADRENUESTRO”

PADRENUESTRO CUADERNO 8



ORACIÓN DEL JUBILEO

LA PALABRA (MT 6, 9-13)

*“Vosotros orad así:
Padre nuestro que estás en el cielo,
santificado sea tu nombre,
venga a nosotros tu reino,
hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo,
danos hoy nuestro pan de cada día,
perdona nuestras ofensas,
como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden,
no nos dejes caer en la tentación,
y líbranos del mal”.*

INTRODUCCIÓN

En el *Padrenuestro* encontramos los fundamentos de la vida cristiana, la identidad que nos constituye y la gran misericordia que Dios nos da. Somos hijos de Dios y Él nos invita a vivir como hermanos, en fraternidad; tenemos un Dios Padre que espera que nuestros corazones se afiancen en el amor, que sepamos construir fraternidad aun en las diferencias.

Siempre es bueno recordar los requisitos imprescindibles de la oración cristiana: pedir al Padre que nos enseñe a orar, que nuestra oración sea en confianza a Dios que nos escucha, que sea sincera y no egoísta, que sea una oración impregnada de devoción, que busquemos lo primero el reino de Dios, que se realice siempre con fe, esperanza y caridad y que siempre nuestra oración sea una oración humilde.

Nos enseña el Catecismo que, cuando decimos *Padre nuestro*, no se trata de expresar una posesión, sino una relación totalmente nueva con Dios. Cuando decimos *Padre nuestro*, reconocemos ante todo que todas sus promesas de amor anunciadas por los profetas se han cumplido en la nueva y eterna alianza en Cristo: hemos llegado a ser “su pueblo” y Él es desde ahora en adelante “nuestro Dios”. Esta re-



lación nueva es una pertenencia mutua dada gratuitamente: por amor y fidelidad tenemos que responder a la gracia y a la verdad que nos han sido dadas en Jesucristo.

Si recitamos en verdad el *padrenuestro*, salimos del individualismo, porque de él nos libera el amor que recibimos y que nos compromete a superar nuestras divisiones y conflictos. Orar a “nuestro Padre” nos abre a dimensiones de su amor manifestado en Cristo: orar con todos los hombres y por todos los que no le conocen aún para que “estén reunidos en la unidad” (Jn 11, 52).

Esta solicitud divina por todos los hombres y por toda la creación ha inspirado a todos los grandes orantes: tal solicitud debe ensanchar nuestra oración en un amor sin límites cuando nos atrevemos a decir *Padre nuestro*.

MEDITACIÓN

El examen de los textos principales del Nuevo Testamento nos presenta el *padrenuestro* en movimiento: se encuentran reinterpretados y profundizados en Mateo y en Lucas; Pablo, mediante su énfasis en la ley del Espíritu, ha dado un impulso en profundidad: ha hecho reflexionar a la comunidad sobre lo que significa la paternidad de Dios y las implicaciones que comporta; Juan ha ofrecido una reelaboración madura de los números de fondo del *padrenuestro*, totalmente centrada en Cristo.

Por lo tanto, el *padrenuestro* anima a la Iglesia a madurar y a condensar y expresar de nuevo la maduración conseguida. Como “síntesis de todo el Evangelio”, el *padrenuestro* se condensa en Jesús, que es el “corazón de todas las Escrituras”, se explica en la fórmula de la “oración del Señor” y se convierte en la “oración de la Iglesia” (CIC 2759-2772).

La Iglesia ha privilegiado la forma de Mateo, que es la más articulada y se ha impuesto en el uso litúrgico. Esta fórmula es analizada y resumida en sus siete peticiones: se hace constantemente referencias a ellas. En la oración de la Iglesia, cada una de las siete peticiones es esencial, es una condensación de vida. Confluyen en ella los valores



de fondo que la experiencia de la Iglesia ha madurado y ha desarrollado en su historia.

El *padrenuestro* sigue viajando en la Iglesia de hoy como lo hizo en la primitiva. Los numerosos comentarios que se han dado a lo largo de la historia de la Iglesia reflejan la problemática de las diversas situaciones históricas, la sintetizan y la interpretan. Todas estas siguen una etapa de este largo viaje del *padrenuestro* en la vida de la Iglesia.

La oración del Señor continuará su función de síntesis y de inspiración como un movimiento de sístole y diástole con respecto al Evangelio hasta el final de los siglos.

“Padre nuestro, que estás en los cielos”

Jesús insiste en que en la oración es dirigida al “Padre que ve en lo secreto” (*Mt 6, 1*). La oración cristiana aparece como un diálogo marcado por una intensa intimidad filial que se desarrolla entre el cristiano y Dios. No es necesario multiplicar las palabras como “hacen los paganos” (*Mt 6, 7*).

La relación del cristiano con su Padre es escueta, esencial, de gran profundidad: parte del corazón del hombre y va al corazón de Dios.

Los cristianos viven juntos, no sólo como un agregado social, sino en virtud de un hilo que los une atravesando sus valores más íntimos y personales: ser hijos en Dios Padre.

“Santificado sea tu nombre”

Pedimos al Padre que sea santificado su nombre, que sea reconocido como santo, hacer santo, hacer divino, hacer afín a Dios:

“Manifestaré *la santidad de mi gran nombre*, profanado entre los gentiles, porque vosotros lo habéis profanado en medio de ellos. Reconocerán las naciones que yo soy el Señor—oráculo del Señor Dios—, cuando *por medio de vosotros les haga ver mi santidad*” (*Ez 36, 23*).

Se le pide a Dios Padre que su santidad se realice y se extienda en su gran familia cristiana.



“Venga a nosotros tu reino”

El “reino de Dios” no se limita al dominio sobre todo lo creado que le corresponde a Dios, sino que implica una serie de iniciativas que corresponden a Dios y al hombre.

Dios se comprometerá a favor del hombre, pero a cambio pide al hombre que observe sus mandamientos (línea descendente). El hombre sale de su nivel profano y se atreve a ir al encuentro de Dios en una actitud de reciprocidad disponible (línea ascendente); se dará casi una simbiosis entre Dios y el hombre: esta nueva realidad se llama “reino”.

Hay un desarrollo del Antiguo Testamento al Nuevo. El “reino” traerá consigo una presencia de Cristo cada vez más penetrante en toda la realidad creada, en los hombres y en las cosas: a través de Cristo, se dará una presencia cada vez más cercana por parte de Dios.

Pedimos que haya una mayor presencia de la riqueza de Cristo entre los hombres, en su vida, en sus estructuras y en el mundo en el que habitan.

“Hágase tu voluntad, así en la tierra como en el cielo”

La voluntad del Padre es entendida en un sentido objetivo. Se trata de todo lo que Dios ha diseñado para el hombre: los mandamientos, todas las indicaciones que se derivan en el hombre por la palabra de Dios encarnada en Cristo e interpretada por el Espíritu.

Ya que Dios es creador de todo, organiza el movimiento de la historia y hace todo en función del hombre, podemos decir que un mensaje que expresa su voluntad se encuentra incluso también en la historia de cada individuo. Hacer la voluntad de Dios comporta una plena docilidad ejecutiva con respecto al amplio abanico que la manifiesta. No es una resignación pasiva, comporta una participación cordial.

Esta concepción implica por una parte a Dios mismo, ya que ama al hombre, lo proyecta y desea ardientemente su plena realización; implica también al hombre, que reconoce con expectación y alegría que Dios Padre lo sigue en cada instante, se ocupa de él y le manifiesta su voluntad en virtud del amor que tiene por él.



**“Danos hoy nuestro pan de cada día”**

El pan, en el entorno cultural de la Biblia, indica el alimento base de la vida. Dios Padre, al preocuparse del desarrollo de la vida del hombre en lo concreto de su historia, también se toma a pecho la alimentación que lo hace posible.

Se pide pan hoy para hoy; esa relación viva, simultánea con el Padre, que lleva a sus hijos a pedir a cada momento lo que es necesario y útil para su existencia. No buscan amasar tesoros en la tierra, ni tampoco proveerse, encerrándose en un cálculo humano, contra las circunstancias imprevisibles del futuro. El cristiano sabe vivir al día porque es seguido, amado, guiado y protegido por el Padre, sin anticipaciones ni retrasos.

El pan que pedimos es “nuestro”, no “mío”: es el pan de todos que llega a todos. Lo pedimos los unos para los otros. El espíritu de familia que es sugerido por la figura bíblica de la paternidad comporta una reciprocidad horizontal entre los hermanos cristianos.

“Perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden”

Los cristianos son conscientes de que tienen unas “deudas” que saldar en relación con Dios Padre.

Es una imagen simbólica para expresar una triste realidad: se trata de ese vacío, de esa insuficiencia incompleta que también pueden realizar los cristianos en el ámbito de su existencia, a través de sus decisiones erróneas, los “pecados”. Un vacío con respecto al contexto de realidad-valor diseñado por Dios se convierte por consiguiente en una deuda, según la imagen simbólica usada, que el hombre contrae principalmente consigo mismo.

Como Dios es Padre y Padre al infinito, por una apropiación de amor, considera que el mal que el hombre se hace a sí mismo es como si se le hubiera hecho daño a Él. Dios Padre se toma en serio al hombre y quiere que también éste le tome en serio. El cristiano deberá aportar en la relación horizontal lo que recibe en la vertical. Para poder invocar a Dios como Padre, el cristiano tendrá primero que tender la mano a sus hermanos: perdonar, remediar, reconstruir...

**“Y no nos dejes caer en la tentación, mas líbranos del mal. Amén”**

Las dos últimas peticiones del *Padrenuestro* en san Mateo siguen hablando del misterio del pecado visto en esos elementos que lo condicionan con facilidad: la *tentación* y el *maligno*.

Una tentación se produce cuando ciertos valores previamente realizados, individual y colectivamente, se ven sometidos a presión individual o colectiva, momentánea o prolongada en el tiempo. El ejemplo más claro es la travesía por el desierto desde la salida de Egipto hasta la entrada en la Tierra Prometida.

La tentación puede tener un resultado positivo, puede darse una consolidación de los valores precedentes como fruto de la prueba pasada: Abrahán “demostró su fidelidad en la prueba” (*1Mac 2, 52; cf. Eclo 27, 5.7*). También en la debilidad del hombre, la tentación puede tener un resultado negativo, cuando la presión de la prueba excede la capacidad de resistencia por parte del hombre.

Se pide a Dios Padre que intervenga en la defensa del hombre: que le evite entrar en las arenas movedizas de esas tentaciones cuyo resultado sería negativo; supone un abandono confiado y sin reservas que merece el cuidado con que Dios se ocupa de los suyos; no fiarse ante la red compleja de insidias, de negatividad que en la historia tienden a envolver.

El cristiano sabe que tiene en su interior unos puntos débiles sobre los cuales el demonio podría agarrarse y de los que incluso le es difícil darse cuenta.

Dios Padre ha superado el mal de la historia desde el principio y lo ha derrotado por medio de la muerte de Jesucristo. Por lo tanto, puede defender apropiadamente a sus hijos de él, no sólo poniéndolos en guardia, sino de manera objetiva, arrebatándolos prácticamente de las garras del “maligno”.

Esta última petición constituye en el fondo una llamada al realismo de la situación precaria del cristiano. No se puede creer —aunque se sea de verdad hijo de Dios— haber alcanzado ya un nivel de seguridad más allá de todo riesgo. Se está en camino. Por tanto, pide al Padre



proteger su camino, liberarlo también de sí mismo, de esas zonas de ataque del “maligno” del que es portador.

ORACIÓN PERSONAL Y COMUNITARIA

A partir de lo expuesto, se van orando individualmente cada una de las peticiones del Padrenuestro, aplicándolas a la propia vida, circunstancias, experiencias...

Un lector las va leyendo y luego deja un tiempo de silencio (p. ej. 3 minutos) antes de seguir con la siguiente. También se pueden ir proyectando las peticiones, con el mismo intervalo de tiempo entre cada una.

PADRE NUESTRO

Tras la oración individual, unidos como hijos de un mismo Padre, decimos juntos: Padre nuestro...

CANTO O REZO DE LA SALVE A MARÍA, MAESTRA DE ORACIÓN



VICARÍA DE
EVANGELIZACIÓN
ARCHIDIOCESIS
DE VALENCIA



ARZOBISPADO
DE VALENCIA