



# La oración cristiana

## ¿Qué es la oración?

Una de las definiciones más sencillas pero más precisas con respecto a la oración es “dialogar con Dios”. Pero para ello debemos entender el significado de la palabra diálogo. Según la Real Academia de la Lengua Española, un diálogo es una “plática entre dos o más personas, que alternativamente manifiestan sus ideas o afectos”. Por lo tanto, orar implica una comunicación en dos sentidos. En toda comunicación existe un emisor (quien habla) y un receptor (quien escucha). Es así que al orar le hablamos a Dios expresándole lo que llevamos en nuestro corazón, a veces pidiendo lo que necesitamos pero otras veces agradeciéndole y más aún otras alabándolo y glorificándolo. A su vez, en la oración tenemos que ser receptores, dejando que Dios nos hable a lo más profundo de nuestro ser, estando seguros de que en la oración Dios nos responde, algunas veces con su perdón,

consuelo y silencio y otras veces con mensajes a los más profundo de nuestro corazón.

Algunas veces pensamos que Dios no nos escucha porque no nos da la solución que esperamos a nuestras necesidades. Sin embargo, recuerdo las palabras de un gran obispo colombiano, monseñor Alfonso Uribe Jaramillo, a quien considero mi papá espiritual, el cual decía: “la única oración que se pierde es la que no se hace”, con esto quería decir que Dios siempre nos escucha. A veces esperamos respuestas inmediatas de Dios, sin recordar que nuestro tiempo no es el tiempo de él. O más aún, queremos que Dios nos conceda exactamente lo que le estamos pidiendo, olvidando que Dios declara: “mis pensamientos no son vuestros pensamientos, ni vuestros caminos mis caminos” (Is 55:8). Dios siempre tendrá una solución para nuestras necesidades, pero no tal vez la solución que nosotros esperamos, sino la que él sabe que es la que más nos conviene.

En el *Catecismo de la Iglesia Católica* (CIC), encontramos un significado más detallado de oración dado por santa Teresa del Niño Jesús: “la *oración* es un impulso del corazón, una sencilla mirada lanzada hacia el cielo, un grito de reconocimiento y de amor tanto desde dentro de la prueba como en la alegría” (CIC, no. 2558). Personalmente, me encanta esta definición ya que nos recuerda que la oración no es una obligación, sino más bien un deseo que brota desde lo más profundo de nuestro corazón, es el mismo Espíritu de Dios que nos motiva a orar, a entrar en intimidad con Dios. Asimismo, la oración no es solo palabras, puede darse en gritos pacíficos o simplemente en el silencio contemplando a Dios. Esto me recuerda a un par de jóvenes enamorados que simplemente se miran a los ojos sin decir una sola palabra y se entienden completamente, se expresan su amor de una manera profunda y silenciosa. O a la pareja de ancianos que de tantos años de convivir juntos con una sola

mirada o gesto entienden lo que se están comunicando. A su vez, esta definición nos enfatiza que la oración no es solo para pedir a Dios, lo cual es válido por las diferentes pruebas que tenemos en nuestras vidas, también debe ser para agradecer a Dios por todo lo que nos concede día a día. Por lo tanto, la oración es un lenguaje que implica algunas veces palabras y otras gestos y en ocasiones ambas, pero lo importante es que sea el corazón el que ore (cf. CIC, no. 2562). Muchas veces podemos estar “orando” pero realmente nuestra mente y corazón están lejos de Dios, o peor aun gastando mucho tiempo en orar con palabras, pero no conectándonos con Dios (cf. Mc 12:40). Lo clave de la oración es la comunión con Dios, es así que “la vida de oración es estar habitualmente en presencia de Dios” (CIC, no. 2565). Se puede orar en cualquier lugar. Lo importante es que nos compenentremos con el Señor, aun así sea en lo más íntimo de nuestro hogar (cf. Mt 6:6).

Desafortunadamente, a veces, gastamos mucho tiempo de nuestra oración pidiendo, pidiendo y pidiendo y cuando Dios nos concede lo que necesitamos se nos olvida agradecerle. También sucede que hablamos tanto en la oración que muchas veces no le dejamos hablar a Dios, lo cual nos ayudaría a crecer en nuestra vida espiritual y poder vivir una vida en mayor plenitud de acuerdo con el plan que él tiene individualmente para cada uno de nosotros.

***“Nosotros no sabemos pedir como conviene” (Rm 8:26)***

Algunas veces no recibimos lo que necesitamos en nuestra vida porque no sabemos orar de la manera correcta. Por lo tanto, uno de los requisitos básicos para poder orar es la humildad, más aún, “la humildad es la base de la oración” (CIC, no. 2569). Debemos acercarnos a Dios con sencillez, reconociendo que él es nuestro creador, que él es quien nos ha concedido todo lo bueno que tenemos en nuestra vida. A su vez,

debemos clamar la presencia del Espíritu Santo, El cual nos lleva a conectar nuestro corazón con Dios. Él nos enseña a orar; él es el maestro de la oración. Más aún, es él quien ora en nosotros. Cuando reconocemos que solos no somos nada, que por nuestras propias fuerzas no sabemos orar, el Espíritu de Dios viene en nuestra ayuda (cf. Rm 8:26).

Asimismo, Dios constantemente nos está llamando a que dialoguemos, “Dios tiene sed de que tengamos sed de Él” (CIC, no. 2560). Está siempre deseando que nos acerquemos a tener una relación íntima de amor con él. Pero nosotros tenemos que saber cómo dirigirnos a Dios, y para ello debemos primero saber quién es Dios.

## **Dios nos invita a orar**

A través de la historia de la salvación Dios siempre ha estado llamando a su pueblo a tener una relación con él. De manera particular en el Antiguo Testamento podemos notar que la oración se ubica entre la caída y la elevación del ser humano (cf. CIC, no. 2568). Dios crea al ser humano a su imagen y semejanza (cf. Gn 1:26–27). Le da todo para ser feliz y él falla; le es infiel y desobediente. Sin embargo, Dios lo perdona y le da nuevas oportunidades y bendiciones, pero el ser humano constantemente vuelve a fallar. Esta es la gran historia de amor del Antiguo Testamento, ese constante diálogo entre Dios que ama sin medida a su pueblo, que le concede todo y el pueblo que constantemente está quejándose, renegando y apartándose de su presencia. El Antiguo Testamento es esa hermosa historia de relación entre un Dios amoroso y un pueblo rebelde que culmina con la venida de Jesús el Hijo de Dios para sellar para siempre esta alianza de amor.

La creación también nos llama a orar. Cuando estamos de descanso visitando algún lugar o a lo mejor en un momento

de retiro espiritual, las maravillas de la naturaleza nos invitan a contemplar la grandeza del creador. El sonido de las olas del mar nos relaja y nos ayuda a contemplar la inmensidad de Dios, analógicamente comparada con la inmensidad del océano. La potestad de las montañas altas nos recuerda su omnipotencia y grandeza. En un atardecer, la puesta del sol nos motiva a descansar en los brazos de Dios. Un amanecer con sus primeros rayos de sol nos llena de alegría al saber que Dios nos acompaña en cada día. El canto de los pájaros nos lleva a escuchar las melodías celestiales y a su vez nos recuerdan la providencia de Dios (cf. Mt 6:26). Por eso, ciertamente la Sagrada Escritura afirma: “desde la creación del mundo, sus atributos invisibles, su eterno poder y divinidad, se han visto con toda claridad, siendo entendidos por medio de lo creado, de manera que no tienen excusa” (Rm 1:20).

Por lo tanto, el orar es un llamado universal. Todos los que nos llamamos cristianos, para realmente ser dignos de ese título debemos estar constantemente en diálogo con Dios.

Este llamado a la oración lo notamos desde Abrahán, el cual consideramos el Padre de la fe. Abrahán fue ese hombre que, aunque al principio no le creyó a Dios, luego confió en sus promesas, las cuales parecían imposibles (cf. Gn 15:2–3). Es así que él nos enseña a escuchar la voz de Dios y a estar seguros de que él cumplirá los planes que nos ha revelado (cf. CIC, no. 2570).

Dios nos llama a orar, pero en este diálogo nos invita a salir de nuestro ego y pensar en los demás. Por lo tanto, estamos llamados a ser intercesores. Un gran modelo de intercesor lo encontramos en Moisés, el cual fue prefiguración del único mediador entre Dios y los hombres: Cristo Jesús (cf. 1 Tim 2:5). Moisés fue llamado por Dios para interceder por su pueblo, constantemente subía a la montaña a llevar a él las

necesidades de su pueblo y bajaba con los mensajes que Dios enviaba a sus hijo/as. Hay tantas necesidades en nuestra familia, vecindario, lugar de trabajo y el mundo en general que estamos llamados a ver los tantos sufrimientos de los demás y presentárselos a Dios para que él también los bendiga. Nosotros estamos llamados a interceder no solo por aquellos que nos piden oración, sino a presentar a Dios a todos aquellos que no dialogan con él. El ejemplo de Moisés también nos lleva a ser contemplativos “Dios hablaba con Moisés cara a cara, como habla un hombre con su amigo” (Ex 33:11). Un auténtico contemplativo es aquel que sabe guardar un gran silencio interno y externo y logra dejar invadirse de la presencia grandiosa de Dios y escuchar su voz.

Debemos aprender a hablarle a Dios y también a escucharlo como mencionamos anteriormente. Samuel, es un ejemplo precioso de esto, ya que su madre Ana le enseñó a orar y el aprendió a escuchar la voz gracias a las enseñanzas del sacerdote Elí: “Habla Señor, que tu siervo escucha” (1 Sam 3:9–10).

Para el pueblo judío, el Templo era el lugar donde se aprendía a orar (cf. CIC, no. 2581). Sin embargo, el ritualismo presente que existía allí arrastraba con frecuencia al pueblo hacia un culto exterior (cf. CIC, no. 2581). De aquí la gran misión de los profetas de motivar a una conversión profunda y a educar en la fe. Hoy en día, puede ocurrir también que nuestra oración se vuelva rutinaria y que muchas veces sea solo exterior; por lo tanto, requerimos constantemente una renovación interior para que nuestra oración sea sincera, nazca de lo más profundo de nuestro corazón, pero envolviendo todo nuestro ser, incluso con expresiones externas y físicas. Al igual que los profetas estamos llamados a orar “cara a cara” con Dios para extraer luz y fuerza para la misión cotidiana (cf. CIC, no. 2584)

y para poder que nuestra oración tenga poder al igual que el profeta Elías (cf. St 5:16–18).

David, al componer los salmos inspirados por el Espíritu Santo, nos enseña a orar a Dios de diferentes maneras, con perdón, acción de gracias y alabanzas, entre otras. Los salmos muestran la espontaneidad de la oración de acuerdo a las circunstancias en que fueron escritas y que vivía el autor (cf. CIC, no. 2588). Sin embargo, son muy prácticas para nuestra vida de oración. Si necesitamos pedir perdón a Dios hay salmos preciosos para ello, como el Salmo 51. Si queremos alabarlo es excelente el Salmo 150. Si deseamos darle gracias es clave el Salmo 138. Los salmos son excelentes instrumentos para nuestra oración personal, pero a la vez son perfectos para la oración comunitaria tal como nos lo propone la Iglesia en la Liturgia de las Horas.

## **Jesús, modelo perfecto de oración**

A pesar de que en el Antiguo Testamento vemos grandes modelos de personas que nos invitan a orar, nuestro “único” modelo es Jesús. Nuestro Señor nos invita y enseña a orar. Pero lo interesante, viendo a Jesús desde su humanidad es que él también tuvo que aprender a orar. Su madre, María, seguramente, muchas veces le enseñó las oraciones judías, lo llevaba a la sinagoga y lógicamente al Templo (cf. Lc 2:41–51). Gran misterio, el mismo Dios aprendiendo de su madre a como orar a su Padre celestial (cf. CIC, no. 2599). Aquí, deseo recordar las palabras del papa Francisco en como las mamás y las abuelas son nuestros modelos de fe y oración convirtiéndose en evangelizadoras claves. María fue una mujer de constante oración. Es así, que habla con su Hijo en las bodas de cana para que convierta el agua en vino (cf. CIC, no. 2618). Al pie de la cruz cuando ve asesinar a su propio Hijo, ora en silencio como lo

hizo en varios momentos de su vida, guardando todas las cosas en su corazón (cf. Lc 2:19). Pero también es una mujer que sabe dar gracias y alabar a su creador, tal como lo hizo con el precioso Magnificat (cf. CIC, no. 2619). De todo esto podemos notar de donde Jesús aprende a dialogar con su Padre. A su vez, María es modelo de oración para nosotros, invitándonos constantemente a dar gracias a Dios, pedir su acción poderosa y a contemplarlo en lo más profundo de nuestro ser.

Hay una originalidad en la oración de Jesús y es que nos llama a orar a nuestro Papá. Es decir a tener una oración filial (cf. CIC, no. 2599). No es más el Dios lejano, ajeno a nuestras realidades. Por el contrario nos invita a dirigirnos a un Dios cercano, que cuida de nuestras necesidades, que nos ama con un amor paternal profundo, proveyéndonos de todo lo necesario. Utilizando la palabra *Abba*, que significa “papito”, nos invita a tener la confianza de dirigirnos a Dios al igual que un niño se dirige a su papá, sabiendo que él le dará lo que necesita, que lo cuidará, que lo amará.

La vida de Jesús fue siempre guiada por el Espíritu Santo. El diálogo de Jesús con su Papá fue siempre inspirado y conectado por el amor del Espíritu Santo. Así es que el mismo Jesús nos invita a pedir el divino Espíritu, quien es también nuestro maestro de oración (cf. CIC, no. 2600).

Jesús acostumbraba a ir a lugares solitarios, lugares silenciosos a orar. Pero uno de sus sitios favoritos fue la montaña (cf. CIC, no. 2602). La montaña en un sentido espiritual es ese lugar donde el ser humano sube al encuentro con Dios, quien a su vez baja a encontrarse con su creatura. En la época de Jesús la montaña era el lugar más cercano al cielo, donde figurativamente nos han enseñado que habita Dios. A su vez, la majestuosidad de la montaña, el silencio, el frío, crean un ambiente de gran misticismo en el cual nos podemos alejar del ruido del



mundo para entrar en intimidad con nuestro Creador. Medellín, mi ciudad natal en Colombia, está ubicada en un valle rodeado de montañas gigantescas, estando en la ciudad muchas veces existe un ambiente de estrés, de carreras, de ruido, pero cuando uno sale de ella y comienza a subir las montañas, es cuando comienza a sentirse la paz, el silencio que nos recuerda que Dios está ahí mirándonos, cuidándonos, amándonos.

Hemos visto cómo debemos orar de diferentes maneras, como los salmos en el Antiguo Testamento nos enseñan diferentes tipos de oración. Sin embargo, Jesús nos da una muestra de poder incluir siempre la oración de gracias. Unos de los milagros más significativos de Jesús durante su vida terrena, fue la resurrección de su gran amigo Lázaro (cf. Jn 11; CIC, no. 2604). Cuando a Jesús le avisan que su amigo se encuentra enfermo, decide esperar unos días antes de ir a visitarlo, durante ese período Lázaro muere. Jesús al llegar al lugar donde se encontraba sepultado nos brinda dos enseñanzas profundas para nuestra vida de oración. En primer lugar, Jesús llora (cf. Jn 11:11). ¡Gran misterio! El mismo Dios, el que tiene poder de todo, el que unos segundos después hará uno de los más grandes milagros, nos deja ver su completa humanidad, su tristeza por la pérdida de uno de sus mejores amigos. Muchas veces nuestras lágrimas desahogan nuestro corazón de la tristeza, pero a la vez ellas pueden ser una oración de sanación interior que nos prepara para continuar la vida en paz y esperanza. La segunda enseñanza es que no siempre debemos estar pendientes de hacer una oración de petición. Uno se imaginaría que Jesús para resucitar a su amigo haría una oración de petición a su amado Padre, pero, por el contrario, Jesús nos sorprende y hace una oración de acción de gracias: “Te doy gracias Padre, porque me has escuchado” (Jn 11:41). Esto nos invita a aprender de nuestro Maestro: cuando somos agradecidos, cuando

levantamos nuestro corazón sincero a Dios en acción de gracias a pesar de las grandes pruebas y dificultades por las que estamos pasando, Dios actúa con poder, escucha nuestra voz y más aún al igual que al resucitar a Lázaro, obra milagros impensados. Pero nuestra oración debe ser siempre en fe (cf. CIC, no. 2609), así sea en acción de gracias, en alabanza y mayormente en petición, debemos saber que Dios nos está escuchando y nos concederá lo que más nos conviene en nuestra vida (cf. Mt 7:11).

Estamos llamados a orar también en los momentos de tentación y más aún para no caer en ella. Diariamente nos enfrentamos a situaciones en donde debemos tomar decisiones, algunas de esas decisiones nos acercan a Dios y otras nos alejan. Para tomar las decisiones correctas debemos ser guiados por el mismo Dios. Por eso, Jesús les dice a sus discípulos después de haberse dormido y abandonarlo en unos de los momentos de mayor dolor de su vida “orad para que no entréis en tentación” (Lc 22:40) (cf. CIC, no. 2612).

Jesús al invitarnos a orar, también lo hace a través de parábolas, uno de los principales métodos que como maestro utilizó para dejarnos sus enseñanzas. El evangelista Lucas nos presenta tres parábolas con respecto a la oración, la primera es la del amigo inoportuno (cf. Lc 11:5–12), en la cual Jesús nos enseña a orar insistentemente. La segunda es la parábola de la viuda insistente (cf. Lc 18:1–8) en la cual nos motiva a orar siempre, sin cansarnos y con paciencia en fe (cf. CIC, no. 2613). Finalmente, la parábola del fariseo y el publicano (cf. Lc 18: 9–14), en la cual tal como mencionamos anteriormente nos invita a acercarnos a Dios con humildad.