

RETIRO “APUNTES SOBRE LA ORACIÓN”

1 – ORAR HOY, UN DESAFÍO A SUPERAR

INTRODUCCIÓN:

Dentro de la preparación para la celebración del Año Jubilar 2025, que tiene por lema **“Peregrinos de esperanza”**, el Papa Francisco ha pedido que este tiempo de preparación al Jubileo se dedique 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, el presidente del Pontificio Consejo para la promoción de la Nueva Evangelización ha dicho: “Éste es 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”.

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 (especialmente el Padre Nuestro); tampoco puede olvidar la Sagrada Escritura, ni 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”.

Y añade: “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 estas propuestas, comenzamos hoy esta serie de retiros mensuales, para ayudar en la formación y en la práctica de la oración. Comenzamos diciendo juntos la Oración del Jubileo:

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.

VER:

Aunque la mayoría de nosotros somos personas de parroquia “de toda la vida”, no por eso podemos afirmar que “ya sabemos orar”. No hay que dar nada por obvio o por sentado, sobre todo en relación a nuestro modo de orar, haciendo nuestras cada día las palabras de los discípulos cuando le pidieron a Jesús: “**Señor, enséñanos a orar**” (Lc 11, 1).

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.

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 Santo 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.

Para la reflexión:

- ¿Creo que “ya sé orar”? ¿Por qué?
- La oración es el respiro de la fe, es como un grito silencioso que sale del corazón de quien cree y se confía a Dios. ¿Es así mi oración, o se ha vuelto rutinaria?
- El Espíritu Santo es el Maestro interior que indica el camino a recorrer. ¿Invoco al Espíritu Santo cada vez que voy a hacer oración? ¿Me dejo guiar por Él?

JUZGAR:

Del Evangelio según san Marcos (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.”

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. 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 indica: “Se levantó de madrugada, cuando todavía estaba muy oscuro, se marchó a un lugar solitario y allí se puso a orar”. Debía de ser un gesto tan habitual que se quedó profundamente impreso en la memoria de los Apóstoles. Nosotros, sus discípulos, tendríamos que hacer lo mismo. Deberíamos tener nuestros ojos mirando siempre al Maestro para aprender cómo y hacia dónde orientar nuestra vida.

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:

Para la reflexión:

- ¿Necesito orar? ¿Cuál es mi motivación para hacerlo?
- ¿Cuánto se ha dirigido mi mirada al Señor en el día de hoy? ¿Cuánto inspira su vida la mía?

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)

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.

Para la reflexión:

- ¿Cuál es mi actitud interior cuando hago oración? ¿Me siento verdaderamente “criatura”?
- En mi oración, ¿soy consciente de lo mucho que el pecado ha herido mi corazón y mi historia?
- La oración cristiana desemboca 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. ¿Mi oración me conduce hacia el amor de Dios y me introduce en Él?

ACTUAR:

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). 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?

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)

Por eso, vamos interiorizar y a incorporar en nuestra vida personal de oración los diferentes pasos que hemos escuchado:

El **primer paso del ser humano** hacia la oración consiste en **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. Como dice el Salmo 8: “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 ser humano** hacia la oración es **ser conscientes de nuestro pecado**, presentándonos delante de Dios con las heridas de nuestra pequeñez y de nuestro pecado al descubierto. Como dice el Salmo 50: “Misericordia Dios mío por tu bondad, por tu inmensa compasión borra mi culpa”.

(momento de silencio)

El **primer paso de Dios** hacia el ser humano es **su Encarnación**. Un verdadero camino de oración nos descubre que Dios viene hacia nosotros. El primer paso de Dios hacia nosotros es hacerse cercano en su Hijo hecho hombre. Jesús es el rostro visible del amor de Dios.

(momento de silencio)

Y el **segundo paso de Dios** hacia el ser humano es **su infinito e incondicional amor**. 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.

(momento de silencio)

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 que se recorren al mismo tiempo.

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 al pintor y escultor 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 fe y humildad y saldrá la obra maestra que Dios ha esculpido dentro de ti.

Para la reflexión:

- Mis decisiones, ¿nacen de la oración, o de mi sola voluntad?
- En la oración, ¿recorro los dos pasos indicados (reconocer mi pequeñez y ser consciente de mi pecado)?
- En la oración, ¿descubro que Dios ya ha recorrido sus dos pasos hacia mí (su Encarnación y su infinito e incondicional amor)?
- ¿Estoy convencido de que dentro de mí hay una “obra maestra” que Dios ha esculpido?

CANTO: VEN ESPÍRITU VEN

<https://youtu.be/LP8PmpBTiMY>

ORACIÓN DEL JUBILEO:

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.



VER:

- ¿Creo que “ya sé orar”? ¿Por qué?
- La oración es el respiro de la fe, es como un grito silencioso que sale del corazón de quien cree y se confía a Dios. ¿Es así mi oración, o se ha vuelto rutinaria?
- El Espíritu Santo es el Maestro interior que indica el camino a recorrer. ¿Invoco al Espíritu Santo cada vez que voy a hacer oración? ¿Me dejo guiar por Él?

JUZGAR: Del Evangelio según san Marcos

(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.”

- ¿Necesito orar? ¿Cuál es mi motivación para hacerlo?
- ¿Cuánto se ha dirigido mi mirada al Señor en el día de hoy? ¿Cuánto inspira su vida la mía?
- ¿Cuál es mi actitud interior cuando hago oración? ¿Me siento verdaderamente “criatura”?
- En mi oración, ¿soy consciente de lo mucho que el pecado ha herido mi corazón y mi historia?
- La oración cristiana desemboca 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. ¿Mi oración me conduce hacia el amor de Dios y me introduce en Él?

ACTUAR:

- Mis decisiones, ¿nacen de la oración, o de mi sola voluntad?
- En la oración, ¿recorro los dos pasos indicados (reconocer mi pequeñez y ser consciente de mi pecado)?
- En la oración, ¿descubro que Dios ya ha recorrido sus dos pasos hacia mí (su Encarnación y su infinito e incondicional amor)?
- ¿Estoy convencido de que dentro de mí hay una “obra maestra” que Dios ha esculpido?

CANTO: “VEN ESPÍRITU VEN” **Marco Barrientos** <https://youtu.be/LP8PmpBTiMY>

Ven
Espíritu, ven
Y lléname, Señor
Con tu preciosa unción (bis).

Purifícame y lávame, renuévame
Restáurame, Señor
Con tu poder
Purifícame y lávame, renuévame
Restáurame, Señor
Te quiero conocer (bis)

