

# RETIRO “APUNTES SOBRE LA ORACIÓN”

## 7 – LA ORACIÓN DE MARÍA

### VER:

Dentro de la celebración del Año Jubilar 2025, que tiene por lema “Peregrinos de esperanza”, el Papa Francisco ha pedido que este tiempo 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”.

Para dar respuesta a estas propuestas, estamos realizando esta serie de retiros mensuales. Hoy vamos a contemplar “la oración de María”. 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.

Los católicos tenemos muy presente a la Virgen María, a la Madre de Dios, de forma especial en este mes de mayo. Pero algunos tratan a la Virgen como si fuera más importante que Jesucristo, casi como a una “diosa”. A otros se les llena la boca con las grandezas de María, con los dones y gracias que Dios le ha concedido, convirtiéndola en un ser lejano, inalcanzable, y totalmente irreal. Otros se contentan con alabarla, pedirle favores o remedios y hacerle promesas... Pero con esta devoción mal entendida nos apartamos de lo que nos transmite el Nuevo Testamento.

Porque María fue una mujer de fe. Su fe es la fe de una mujer pobre y humilde. Una fe que es creer y, al mismo tiempo, confiar, fiarse de Dios; una fe que es amor: entrega total de la vida, desinteresada, generosa; una fe que es también cumplimiento fiel de la voluntad de Dios; una fe siempre atenta a los acontecimientos, meditándolos en su corazón.

### **Para la reflexión:**

- ¿Qué lugar ocupa la Virgen María en mi espiritualidad?
- ¿Qué me atrae más de la Virgen María?

## JUZGAR:

Hay dos textos del Evangelio según san Lucas que nos ayudan a contemplar la oración de María, para que Ella nos enseñe a orar.

El primer texto recoge la experiencia de María poco después del nacimiento de Jesús: **(Lc 2, 17-19)**

Los pastores fueron corriendo y encontraron a María y a José y al Niño acostado en el pesebre. Al verlo, les contaron todo lo que les habían dicho de aquel Niño. Todos los que lo oían se admiraban de lo que decían los pastores. Y María conservaba todas estas cosas, meditándolas en su corazón.

El segundo texto lo encontramos cuando Jesús adolescente se quedó en Jerusalén sin que lo supieran sus padres: **(Lc 2, 48-51)**

A los tres días lo encontraron en el templo, sentado en medio de los maestros. Le dijo su madre: “Hijo, ¿por qué nos has tratado así? Mira que tu padre y yo te buscábamos angustiados.” Él les contestó. “¿Por qué me buscabais? ¿No sabíais que yo debía estar en la casa de mi Padre?” Pero ellos no comprendieron lo que quería decir. Su madre conservaba todo esto en su corazón.

Hoy contemplamos a la Virgen María como mujer orante. La Virgen oraba. Cuando el mundo todavía no sabía quién era, cuando es una sencilla joven anónima, prometida con un hombre de la casa de David, María ora. Podemos imaginar a la joven de Nazaret recogida en silencio, en continuo diálogo con Dios, que pronto le encomendaría su misión: ser la Madre de su Hijo hecho hombre.

Ante esa misión, María no toma sus decisiones de forma autónoma: espera que Dios la guíe. María nos enseña a orar poniéndonos en una actitud de apertura, de corazón abierto a Dios, diciéndole: “Señor, lo que Tú quieras, cuando Tú quieras y como Tú quieras”. Es decir, el corazón abierto a la voluntad de Dios.

Cuando oramos así, con el corazón abierto a Dios, aprendemos también de María a no enfadarnos porque los días están llenos de problemas, sino yendo al encuentro de la realidad y sabiendo que en el amor humilde, en el amor ofrecido en cada situación, nos convertimos en instrumentos de la gracia de Dios.

María, como Madre nuestra, nos enseña a orar diciendo: “Señor, lo que Tú quieras, cuando Tú quieras y como Tú quieras”. Una oración sencilla, pero que implica poner nuestra vida en manos del Señor, para que sea Él quien nos guíe. Y todos podemos rezar así, casi sin palabras.

Además, orar con esta actitud de apertura calma la inquietud. Nosotros somos inquietos, siempre queremos las cosas en seguida, pero esta inquietud nos hace daño. La oración como María sabe calmar esa inquietud y transformarla en disponibilidad. Cuando estoy inquieto, rezo y la oración me abre el corazón y me vuelve disponible a la voluntad de Dios, como lo estuvo la Virgen María.

En la oración como María comprendo que cada día es una llamada de Dios, y para responderle he de decirle: “Lo que Tú quieras, Señor, cuando Tú quieras, como Tú quieras”, con la confianza de que Él estará presente en cada paso de mi camino. Esto es lo importante: pedir al Señor que experimentemos su presencia en cada paso de nuestro camino: que no nos sintamos solos, que no nos abandonemos a la tentación, que nos fortalezca en los momentos difíciles.

### **Para la reflexión:**

- ¿Me siento llamado por Dios, he descubierto cuál es mi misión en la vida?
- ¿Soy capaz de decir a Dios en la oración: “Señor, lo que Tú quieras, cuando Tú quieras y como Tú quieras”? ¿Hay algo que me frena?

San Lucas nos dice que María “conservaba todas estas cosas en su corazón”. María no se limita a “meditar”, en el sentido de reflexionar sobre el tema, sopesando los pros y los contras antes de tomar una decisión. Se trata de esto, ciertamente, pero también de algo más profundo.

El Evangelio insiste en el hecho de que María “conservaba” todo en su corazón. En la Biblia, el “corazón” está mucho más allá de la inteligencia y de la afectividad. Es el centro más profundo de la persona, donde se escucha la llamada de Dios,

María conservaba todo en su corazón. María, aunque no entiende, pasa todo lo que le acontece a su interior. Todo termina teniendo un reflejo en lo más profundo de su corazón: tanto los días llenos de alegría como los momentos más oscuros, cuando también a Ella le cuesta comprender las palabras y obras de su Hijo. Todo termina en su corazón y lo lleva a su diálogo con Dios para que pase por la criba de la oración y sea transfigurado por ella.

Esto no significa adoptar una actitud pasiva, un simple “dejarse llevar”; al contrario, nos habla de una mujer que profundiza en el Misterio, porque sólo el silencio de la oración, más allá del ruido y de la superficialidad, permite contemplarlo. María nos enseña el valor del silencio y la escucha “de corazón”, porque sólo ahí se conoce a las personas, se interpretan los hechos, se llega a descubrir la voluntad de Dios para cumplirla en nuestra vida.

María conservaba todas estas cosas en su corazón, y así nos enseña que ésta es la actitud correcta para ser buenos testigos de fe, desde la oración: escuchar, conservar, meditar, asimilar, celebrar, vivir y, finalmente, ofrecer lo que hemos recibido.

Nosotros tenemos muchas dificultades para comprender así la oración. Lo más común es que reflexionemos mentalmente sobre Dios o sobre Cristo, tratemos de provocar que surjan en nosotros sentimientos piadosos, y pensamos buenos propósitos para el día o para la semana. Pero en realidad no sabemos dirigirnos a Dios, no hemos descubierto “el corazón”. Además, a menudo el corazón lo tenemos oculto, rodeado por una especie de caparazón de piedra.

Algunos han comparado el corazón de María con la perla preciosa de la parábola, formada capa a capa por la paciente acogida de la voluntad de Dios a través de los misterios de Jesús meditados en la oración. Hoy se nos invita a que procuremos parecernos un poco a nuestra Madre, que rompamos ese caparazón de piedra con el corazón abierto a la Palabra de Dios, con el corazón silencioso, con el corazón que sabe recibir la Palabra de Dios y la deja crecer, capa a capa, día a día, hasta que nuestra vida se convierte también en una “perla preciosa” ante Dios.

### **Para la reflexión:**

- ¿Sé “conservar en el corazón” todo lo que forma parte de mi vida?
- Algunos han comparado el corazón de María con la perla preciosa de la parábola, formada capa a capa por la paciente acogida de la voluntad de Dios a través de los misterios de Jesús meditados en la oración: ¿Qué puedo hacer para que mi corazón se parezca al de María?

### **ACTUAR:**

María acompaña en oración toda la vida de Jesús, hasta la muerte y la Resurrección; y, como vimos en el anterior retiro, también acompaña los primeros pasos de la Iglesia naciente. María ora con los Discípulos que han atravesado el escándalo de la cruz, está ahí, en medio de los hombres y las mujeres que su Hijo ha llamado a formar su Comunidad. María es la Madre de Jesús que ora con ellos y por ellos, en comunidad y como una más de la comunidad. María se convierte así en Madre de la Iglesia, acompaña a los Discípulos, y quienes hoy somos y formamos la Iglesia podemos tener la certeza de que María camina con nosotros.

Necesitamos aprender de María a ser comunidad que ora. Con frecuencia recurrimos a la oración en ocasiones puntuales, o por situaciones de dificultad, por problemas personales que nos impulsan a dirigirnos al Señor para obtener luz, consuelo y ayuda... María nos invita a abrir las dimensiones de la oración, a dirigirnos a Dios no sólo en la necesidad y no sólo para pedir por nosotros mismos, sino también de modo habitual, universal, unánime, perseverante y fiel.

María nos enseña la necesidad de la oración y nos indica que sólo con un vínculo constante, íntimo, de corazón, lleno de amor con su Hijo, podemos salir de nosotros mismos, con valentía, y anunciar al Señor Resucitado.

María, que perseveraba en la oración con los Discípulos, nos hace comprender lo equivocados que estamos cuando, empujados por la urgencia de las obras, hacemos consistir nuestro apostolado principalmente en la actividad exterior, dejando de lado la actividad interior del amor, de la oración, de la cual depende principalmente la fecundidad de nuestra acción exterior.

Al igual que en la vida de Jesús y en la primera Iglesia, la oración es para las comunidades cristianas de hoy, y para cada creyente, el cauce que une todo el vivir cristiano en sus múltiples aspectos: la vida personal, comunitaria, familiar, laboral y cívica; la fe, el amor y la esperanza; la opción por la verdad, el bien, la justicia, la fraternidad y la solidaridad humana.

María nos enseña a “**conservar todo esto en nuestro corazón**”. Por eso, la oración es indispensable para una vida cristiana coherente. La oración, la contemplación y la experiencia de Dios, cuando son auténticas, nos hacen pasar a la acción transformadora. Eso es llevar la vida a la oración y la oración a la vida. Aprendamos de María a vivir nuestra vida ordinaria, con sus alegrías y esperanzas, con sus tristezas y oscuridades, con su misma apertura a Dios, conservándolo todo en nuestro corazón.

### **Para la reflexión:**

- ¿Qué puedo aportar para que mi comunidad parroquial sea más “comunidad orante”?
- Me comprometo a buscar un día y hora concreto a la semana para “conservar en el corazón”, como María, lo que forma parte de mi vida.

## RETIRO “APUNTES SOBRE LA ORACIÓN”

### 7 – LA ORACIÓN DE MARÍA

#### VER:

#### 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.

- ¿Qué lugar ocupa la Virgen María en mi espiritualidad?
- ¿Qué me atrae más de la Virgen María?

#### JUZGAR:

#### **Lc 2, 17-19**

Los pastores fueron corriendo y encontraron a María y a José y al Niño acostado en el pesebre. Al verlo, les contaron todo lo que les habían dicho de aquel Niño. Todos los que lo oían se admiraban de lo que decían los pastores. Y María conservaba todas estas cosas, meditándolas en su corazón.

#### **Lc 2, 48-51**

A los tres días lo encontraron en el templo, sentado en medio de los maestros. Le dijo su madre: “Hijo, ¿por qué nos has tratado así? Mira que tu padre y yo te buscábamos angustiados.” Él les contestó. “¿Por qué me buscabais? ¿No sabíais que yo debía estar en la casa de mi Padre?” Pero ellos no comprendieron lo que quería decir. Su madre conservaba todo esto en su corazón.

- ¿Me siento llamado por Dios, he descubierto cuál es mi misión en la vida?
- ¿Soy capaz de decir a Dios en la oración: “Señor, lo que Tú quieras, cuando Tú quieras y como Tú quieras”? ¿Hay algo que me frena?
- ¿Sé “conservar en el corazón” todo lo que forma parte de mi vida?
- Algunos han comparado el corazón de María con la perla preciosa de la parábola, formada capa a capa por la paciente acogida de la voluntad de Dios a través de los misterios de Jesús meditados en la oración: ¿Qué puedo hacer para que mi corazón se parezca al de María?

## **ACTUAR:**

- ¿Qué puedo aportar para que mi comunidad parroquial sea más “comunidad orante”?
- Me comprometo a buscar un día y hora concreto a la semana para “conservar en el corazón”, como María, lo que forma parte de mi vida.

