

CHARLAS CUARESMALES 2020

Movimiento de Apostolado Familiar San Juan de Ávila

«MI ALMA TIENE SED DE DIOS, DEL DIOS VIVO...»

«*Señor, enséñanos a orar*»

Alfonso Crespo Hidalgo

«MI ALMA TIENE SED DE DIOS, DEL DIOS VIVO...» (Sal 42,3)

I. «HA ESCOGIDO LA MEJOR PARTE...».

El lugar y el tiempo de la oración

II. «MI ALMA TIENE SED DE DIOS».

¿Sabemos orar como conviene?

III. «MAESTRO, ENSEÑANOS A ORAR».

Decid ¡Padre! El gozo de sentirnos hijos

IV. «QUIEN DICE SEÑOR, SEÑOR Y NO AMA SU HERMANO ES MENTIROSO».

Decid: ¡Padre nuestro! La fraternidad brota de la filiación

V. «LO CONSERVABA TODO, MEDITÁNDOLO EN SU CORAZÓN».

María, maestra de oración

«MIRA, ESTOY A LA PUERTA Y LLAMO» (Ap 3,20)

«MI ALMA TIENE SED DE DIOS, DEL DIOS VIVO...» (Sal 42,3)

«MI ALMA TIENE SED DE DIOS, DEL DIOS VIVO» (Sal 42,3). «La sed de Dios acompaña a todos y cada uno de los seres humanos durante su existencia. Así expresa san Agustín esta experiencia universal: *Nos hiciste, Señor, para ti, y nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en ti*. Sin embargo, la cultura y la sociedad actuales, caracterizadas por una mentalidad secularizada, dificultan el cultivo de la espiritualidad y de todo lo que lleva al encuentro con Dios. Nuestro ritmo de vida, marcado por el activismo, la competitividad y el consumismo, genera vacío, estrés, angustia, frustración, y múltiples inquietudes que no logran aliviar los medios que el mundo ofrece para alcanzar la felicidad». Estas palabras, con referencia al salmo 42, introducen un documento de nuestros obispos en el que se describe la auténtica oración cristiana y se nos previene sobre algunas deformaciones.

La Cuaresma es un camino que nos conduce hasta Dios Padre, que sale a nuestro encuentro. Este encuentro solo es posible si se unen dos voluntades: la suya que desciende hasta mí y la mía propia que debe dirigirse hacia él. El tiempo de Cuaresma es un tiempo propicio para la conversión, para enderezar la vida, para preparar los días de Pascua: el cristiano «camina mirando a la Pascua». Para no desfallecer en el camino nos ayudan tres acciones: la oración, el ayuno y la abstinencia y la limosna. A la primera, la oración, vamos a dedicar estas meditaciones de Cuaresma.

La oración nos ayuda a intensificar el trato y la amistad con Dios, como fuente de todo bien. Dice Francisco en su Mensaje para esta Cuaresma: «Es saludable contemplar más a fondo el Misterio pascual, por el que hemos recibido la misericordia de Dios. La experiencia de la misericordia, efectivamente, es posible sólo en un *cara a cara* con el Señor crucificado y resucitado *que me amó y se entregó por mí* (Ga 2,20). Un diálogo de corazón a corazón, de amigo a amigo. Por eso la oración es tan importante en el tiempo cuaresmal. Más que un deber, nos muestra la necesidad de corresponder al amor de Dios, que siempre nos precede y nos sostiene».

El cristiano reza con la conciencia de ser amado sin merecerlo. La oración puede asumir formas distintas, pero lo que verdaderamente cuenta a los ojos de Dios es que penetre dentro de nosotros, hasta llegar a tocar la dureza de nuestro corazón, para convertirlo cada vez más al Señor y a su voluntad. Acudimos a Dios pidiendo fuerzas para realizar en nosotros mismos la reforma cuaresmal, para cambiar radicalmente nuestras formas de ser.

La oración verdadera fortalece el ayuno y la abstinencia, aviva la limosna y la misericordia.

Hagamos de la lectura de estas páginas un tiempo de oración y encuentro con Dios. Y salgamos al encuentro del hermano, revestidos de caridad y misericordia.

I. «HA ESCOGIDO LA MEJOR PARTE...»

El lugar y el tiempo de la oración

BETANIA ES LA CASA DEL AMIGO. La comunidad de Betania, formada por Marta, María y Lázaro, aparece como el refugio amistoso de Jesús en una zona, Judea, al sur de Palestina, donde la enemistad hacia él era muy grande. Betania es la casa de los amigos, lugar de descanso y recreo. El Evangelio recoge diversos momentos de la vida de Jesús en Betania. En aquella casa cada uno podía ser quien era, sin disimulos ni afectación, porque eran hermanos, amigos del Amigo. También, en aquella casa, se sitúan sucesos muy importantes: Marta es la primera que confiesa la fe en la resurrección desde perspectiva cristiana (Jn. 11, 27). María unge a Jesús para la muerte, para la entrega, para la Vida (Jn. 12, 3 s.).

Nos detenemos en una de estas escenas domésticas, que narra san Lucas: «Yendo ellos de camino, entró Jesús en una aldea, y una mujer llamada Marta lo recibió en su casa. Esta tenía una hermana llamada María, que, sentada junto a los pies del Señor, escuchaba su palabra. Marta, en cambio, andaba muy afanada con los muchos servicios; hasta que, acercándose, dijo: *Señor, ¿no te importa que mi hermana me haya dejado sola para servir? Dile que me eche una mano.* Respondiendo, le dijo el Señor: *Marta, Marta, andas inquieta y preocupada con muchas cosas; solo una es necesaria. María, pues, ha escogido la parte mejor, y no le será quitada*» (Lc 10, 38-42)

1. Escoger «la mejor parte»

Adentrémonos en la escena de Betania. Hay tres personajes: Jesús, llamado el *Señor*, Marta y *su hermana* María. Hay contrastes entre las dos mujeres: María aparece en situación de cierta inferioridad respecto a Marta (es «su hermana») y también respecto a Jesús, ya que está sentada a sus pies. Marta es la dueña de la casa y la que ofrece hospitalidad al Señor, una posición de reciprocidad. María escucha la palabra de Jesús, lo que indica una actividad también recíproca entre la palabra y la escucha.

En cuanto a sus acciones, Marta está distraída y absorbida por las múltiples necesidades del servicio, mientras que María, en postura de reposo, está atenta a la única palabra del Señor. Marta protesta y vuelve a afirmar sutilmente su superioridad sobre María (*di a mi hermana...*), y trata de cambiar su manera de relacionarse con Jesús pretendiendo que sea él quien se ponga de su lado y le de la razón. En la respuesta del Señor a Marta hay un tono de velado reproche: *¡Marta, Marta!*, porque está inquieta y ansiosa (según Lc 8,14 la ansiedad y la preocupación impiden el crecimiento de la semilla). No califica su actitud como *servicio* sino como *la dispersión en muchas cosas* y lo múltiple se opone a lo *único*.

Sin embargo, Jesús defiende a María, señalando su derecho a elegir y a mantener el objeto de su elección: oír al Señor. Esta actitud es calificada como de «la parte mejor». Jesús habla de la «parte mejor», un término frecuente en la teología del Antiguo Testamento: cuando se hacen las reparticiones de la tierra entre las doce tribus, en tiempo de Josué, se hacen solo once partes; los de la tribu de Leví fueron puestos aparte para ejercer las funciones sagradas por iniciativa de Dios y tomados por Él en lugar de los primogénitos de Israel: «El Señor dijo a

Moisés: *Yo he elegido a los levitas de entre los israelitas en sustitución de los primogénitos o primeros partos de los israelitas. Los levitas me pertenecen. Yo soy el Señor* (Num 3,11-12). Moisés no asignó heredad a la tribu de Leví, porque el Señor, Dios de Israel, fue su herencia, «su parte» (Num 13,33; Cf. Num 18,1,20). Para el levita los bienes, son Dios mismo, la saciedad está en su compañía.

El contexto inmediatamente anterior, la parábola del buen samaritano (Lc 10,30-37), en el que éste aparece como un modelo por su *hacer*, impide interpretar la escena de Betania como una descalificación de la acción en favor de la contemplación: solamente pone en guardia ante una manera de *hacer* que no nace de la escucha de la Palabra sino del propio activismo compulsivo y señala la auténtica prioridad del seguidor de Jesús: escuchar su Palabra.

María no solamente está sentada a los pies de Jesús en la posición de la perfecta discípula: escucha a Jesús lo mismo que había escuchado el pueblo la palabra de Yahvé. Ella «ha elegido la mejor parte» y puede repetir con el orante del Salmo: «Aunque se consuman mi espíritu y mi carne, Dios es la roca de mi espíritu, mi lote perpetuo. Para mí lo bueno es estar junto a Dios, hacer del Señor mi refugio y contar todas sus acciones» (Sal 73, 25-28).

Todos somos Marta y María

El relato evangélico nos responde a una pregunta esencial sobre la oración: ¿Cuándo orar si me comen las preocupaciones y los quehaceres? Nos excusamos: «No tengo tiempo...»

La escena de Betania nos está diciendo: todos somos a la vez Marta y María. Todos nos sentimos con frecuencia ansiosos, agobiados, dispersos y tentados de hacer de la eficacia nuestra principal preocupación. Quizás, también, hemos hecho la experiencia del sosiego y la unificación que nos da el ordenar nuestras prioridades y vivir centrados en lo esencial. Esta es la lección de María de Betania, que elige «la mejor parte» y nos invita a saborear la Palabra que, en lo más hondo de nosotros mismos, se convierte en una fuente de asombro y de gozo y nos reenvía a un servicio más generoso y más libre. Betania es una invitación al sosiego.

2. La oración cristiana fluye de la amistad con Jesús y a la vez la alimenta

La definición más sencilla a la vez que profunda sobre la oración nos la ofrece santa Teresa de Jesús: «Tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos que nos ama» (Vida, 8,5). La oración nos remite a una experiencia profundamente humana: la amistad. Jesús, cuando eligió a los apóstoles, les invitó a ser sus amigos.

«Para que estuvieran con él»: la vida del discípulo, una «bella historia de amistad»

El pasaje de Marcos donde se narra la elección de los Doce establece estas finalidades: *Así instituyó a los Doce (a los que llamó también apóstoles), para que estuvieran con él y para enviarlos a predicar; dándoles poder para echar demonios* (Mc. 3, 15-16). La primera finalidad expresada es *para que estuvieran con él*.

«Estar»: El *estar con Él* hay que situarlo en la exigencia del amor «o con él o contra él»

(Mt 12, 30). Un estar que genera incompatibilidades con otras estancias (Mc. 3, 31-35). Supone seguirlo (Mc. 8,34-38), imitarlo, amarlo por encima de los demás amores (Mt. 10, 37-39), compartir su exilio (Mt. 10, 23). También, ver su rostro en el Tabor y en Getsemaní (Mc. 9,2-8; 14, 32 s.), estar en su seno reclinados (Jn. 13, 25), comer su carne y beber su sangre (Jn. 6, 66).

No se puede estar a medias, no es una estancia condicionada y compatible con otras estancias vitales. Por eso es preciso dejar dejarlo todo, incluso al propio padre y madre. En consecuencia, el estar con él no puede derivarse de mi opción sino de su llamada; es él quien llama y acoge y permite estar (Lc. 9,57-62). Es una gracia del Espíritu Santo que proviene de una decisión del Padre y de un acercamiento de Jesús a mi persona (Jn. 15, 16; 17, 6).

«Con él». El pronombre personaliza: comprendiendo cada día mejor su intimidad y compartiéndola, conociendo en el amor su verdadero Nombre e identidad, confesándolo cada vez con más hondura y precisión. La confesión es inseparable de la amistad y, por tanto, de la oración. Recuérdese lo importante que es confesar al Señor sin traicionar su verdad íntima dada por el Padre: la alabanza y el rechazo en la confesión de Pedro (Mt. 16, 16.23), la confesión final de Tomás (Jn. 20, 28), las negaciones de Pedro y el escrutinio compensador y la confesión de Pedro: «tú lo sabes todo, tu sabes que te quiero» (Jn. 18,25-27 y Jn. 21, 15-17). Cuando desaparece la confesión, la presencia se nubla y la amistad se torna mera nostalgia; no basta conocer al Señor, hay que reconocerlo mediante la fe y confesar: *¡Es el Señor!* (Jn. 21, 7).

«Para enviarlos»: Estar con Jesús es caminar con él y prolongar su actuación. Por eso, son enviados a predicar y echar demonios. El discípulo está invitado a «estar con él» predicando, nunca en nombre propio sino en su Nombre. Oyentes de su predicación y eco de la misma; discípulos y apóstoles. Hasta cuando no estén físicamente con él, han de predicar y sanar «con él», o sea, en su Nombre. Volvemos siempre a la necesidad intrínseca de estar con él, de permanecer en él. A la necesidad del goce de la oración íntima, sentados como María de Betania a sus pies. La misión es un despliegue de la compañía interior, de la vinculación personal, de la relación. Son funciones de amigos, no de funcionarios: los amigos del Esposo. Perdida la amistad, las funciones, autonomizadas, pierden su identidad de alguna manera.

Una amistad que crece con el trato íntimo y permanente

La oración cristiana, nace de la amistad con Jesús y, al mismo tiempo, confirma esa amistad. Por eso va más allá de la obligación, de la metodología, de la necesidad externa; es continuada como la amistad; no tiene «utilidad» porque vale por sí misma. La oración es conversación con el Amigo, en clima de amistad, y ya, por sí misma, es don, premio, gozo, paz. ¿Puede existir una amistad sin conversación? ¿Puede haber una conversación personal sin amistad y que no la engendre?

3. ¿Es posible continuar realmente esa amistad hoy?

Conversar con el amigo presente y ausente es deseo que nace de dentro y que no se puede reprimir... La oración no es un medio de santificación; es un acto de amistad que se aprende en conversación permanente. Se basa en la presencia real del Resucitado en nuestras vidas y en el don del Espíritu que nos hace mediante el Bautismo y la Eucaristía.

Recordemos el bello pasaje de Emaús. Tras la Pascua, Lucas nos muestra a los discípulos desalentados que huyen de Jerusalén hacia Emaús. Ellos serán instruidos, en el camino, de nuevo por aquel compañero de viaje anónimo que les explica las Escrituras; luego, sentados a la Mesa, perciben el hueco de su ausencia y, al tiempo, perciben la presencia nuevamente intuida y gozada y suplican: «Quédate con nosotros porque atardece y el día ya ha declinado» (Lc. 24,29). El Resucitado está presente en la Eucaristía y los amigos están con él. Él mismo lo ha prometido al enviarlos: «Yo estoy con vosotros todos los días hasta el fin del mundo» (Mt. 28,20). No hay misión posible sin estar con él y ahora es posible sólo si él, Resucitado, puede seguir estando con los suyos. Es la fuerza de la Resurrección.

El fundamento para una amistad real, no sólo imaginada, con Cristo en la actualidad, es la Resurrección creída y confesada con todas sus consecuencias. La Resurrección, lejos de hacer ver la historia pasada como una pesadilla a olvidar, despierta y enriquece la memoria bloqueada hasta convertirla en origen y fundamento: Dios Padre confirma definitivamente en la Resurrección de Jesús mediante el Espíritu, la incardinación de su Hijo, el Verbo Encarnado, su Palabra hecha carne, en la humanidad *para siempre*.

¡Sí, Jesucristo sigue vivo entre nosotros y podemos tratar de amistad con él!

En la mesa camilla de la oración

La meta de estas charlas no es otra que estimular a orar. Gozar de la oración, como «el mejor trato» con el Amigo. Os invito a sentaros en la mesa camilla, imaginaria, de la oración, y entablar una cálida conversación con el Maestro: hablar de lo suyo y de lo mío. Contemplar su Misterio y pedir que nos desvele el misterio de nuestra humanidad contradictoria, la que se desenvuelve entre la gracia, su gracia, y el pecado, mi pecado.

Si me siento a la mesa, la presencia del Resucitado está asegurada. Él nunca falta a la cita. Pero es necesario una mesa estable, con cuatro patas bien fijadas en el suelo, para poder apoyar nuestra conversación: las patas del tiempo, el silencio, la soledad y la pobreza.

1ª) El tiempo y su valor simbólico. Nuestra sociedad vive cada día más neurotizada por el tiempo. «No tengo tiempo» se ha convertido en la expresión popular de un estilo de vida que vive bajo el signo de la neurosis y se deja llevar por el torbellino de la preocupación y de la angustia. ¿Pero si consiguiéramos el día de 48 horas se apagarían estas inquietudes? No es la falta de tiempo lo que nos asedia y nos inquieta, sino la percepción del hecho de que percibimos que el tiempo se nos escapa. El tiempo que pasa resuena en nosotros como una continua revelación de nuestra condición de seres limitados y encaminados inmisericordemente y sin escape hacia la muerte. Y, en el fondo, a esto es a lo que se le tiene miedo y se busca defenderse por todos los medios. Por eso huimos del tiempo... queriéndolo exprimir con el activismo o anestesiándolo con la desgana. Sin embargo el tiempo se nos ha dado para que estemos en una actitud de vigilancia, esperando la vuelta del Señor: «Vigilar, significa ante todo velar, permanecer alerta, despiertos. Velar significa esperar con amor a alguien, cuidar con todo empeño algo muy precioso». Si aprendo a cultivar la espera, en la perspectiva del Señor que viene, el tiempo se alarga, se recompone en la paz, asume cualidades y perspectivas nuevas.

«El tiempo es la riqueza del pobre que puede entregar su tesoro a la persona amada».

Damos nuestro tiempo a quien amamos, si vivimos nuestro tiempo ante Dios, encontraremos tiempo para él, para conversas con el Amigo. Si no encontramos tiempo para Dios, hay que cuestionar nuestro amor por él.

2ª) El silencio como antesala de la palabra. Estamos invitados a entablar conversación con el Señor. Pero para hablar es necesario aprender a escuchar. En el tiempo de la historia, Dios nos habla en su Palabra, en los acontecimientos de la vida, a través de los hermanos, en la belleza de la creación. Dios habla... lo que pasa es que nosotros no escuchamos... porque estamos en continua cháchara. Para escuchar se requiere silencio. Y hoy el silencio nos aterra... no lo soportamos porque el silencio nos habla de nosotros mismos... y no queremos pararnos a ver nuestra vida.

No comenzó todo con la palabra sino con el silencio. En el silencio se siembra la palabra. En el silencio, descubrimos que todo nos habla de la presencia de Dios. Dios gusta del coloquio personal. En el silencio se facilita la escucha de Dios, que me habla al corazón. Hacer silencio ante alguien es manifestarle nuestra admiración y amor... La mística más alta es aquella que no puede pronunciar palabras. Sin la pata del silencio, la mesa de la oración está coja y nos pone inquietos, nerviosos.

3ª) La riqueza de la soledad. El silencio facilita la experiencia mística de la «soledad sonora»: sentirme afectivamente acompañado pero no dependiendo exclusivamente de nadie: no es «soledad impuesta» es «soledad buscada para gozarla». Es la «soledad de estar con Dios»: percepción mística de la infinitud de Dios que lo llena todo de sí, que lo envuelve todo, y que provoca que su ausencia al ser notada sea ya signo de su presencia misteriosa.

Per no hay que esperar el lujo de la retirada periódica a un monasterio para sentir en soledad la presencia de Dios, hay que afrontar la cotidianeidad desde la soledad creativa: la «soledad entre las masas» entre las que caminamos, sintiéndonos parte de un Éxodo moderno. La soledad «nos une al dolor sufriente de la humanidad», especialmente en el primer mundo. Si aprendo a estar solo no viviré exigiendo de los demás, pidiendo que se acomoden a mí, sino que me ofreceré sencillamente con mis dones, recibiendo con gratitud lo que me dan.

La soledad, buscada, se hace encuentro en «soledad sonora», diálogo con el Maestro. No es estar solo, es una soledad respaldada por la Iglesia, por la comunidad, por los hermanos: descubro mi historia dentro de una gran Historia de Salvación.

4ª) En actitud de pobreza. No podemos orar si no somos pobres. La pobreza cristiana es una dimensión esencial de la vida para poder acceder al encuentro con Dios. Pero a veces se ha limitado en exceso este concepto. ¿Qué es ser pobre? El pobre «reconoce sus propias limitaciones», sin culpar al otro... y «acepta sus propias limitaciones» (Es más difícil aceptarse que reconocerse...). El pobre es «humilde y supera la desilusión de tener que comenzar siempre de nuevo»; el pobre, «acoge a los otros como hermanos en su pobreza». Ser pobre es poder entonar el Magnificat.

Conclusión

Con estas cuatro actitudes: el tiempo, el silencio, la soledad y la pobreza, podemos sentarnos a la mesa con el Maestro y entablar conversación: restablecer el clima de Betania para

escoger la «mejor parte» y orar. Porque orar «es tratar de amistad... estando a solas, con quien sabemos que nos ama».

II. «MI ALMA TIENE SED DE DIOS, DEL DIOS VIVO».

¿Sabemos orar como conviene?

LA PREGUNTA NOS PUEDE EXTRAÑAR. Si llevamos ya rezando desde nuestra infancia; si todos los días rezamos, ¿nos vamos a preguntar, ahora, si sabemos rezar? Los obispos españoles nos han dejado una Carta: «*Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*» (Sal 42,3), en la que nos invitan a reflexionar sobre la calidad de nuestra oración.

1. Situación espiritual de hoy

La sed de Dios acompaña a todos y cada uno de los seres humanos durante su existencia. Así expresa san Agustín esta experiencia universal: «Nos hiciste, Señor, para ti, y nuestro corazón está inquieto hasta que descansa en ti». Hoy todos tenemos un deseo acuciante de silencio, serenidad y paz interior. Algunas personas acuden a técnicas que les produzcan bienestar, equilibrio emocional y serenidad interior. Algunas de estas técnicas tienen su origen en religiones ajenas al cristianismo e incluso, algunos abandonan fe cristiana para seguir estas «espiritualidades difusas».

Hoy, debemos preguntarnos: ¿La oración es un encuentro con uno mismo o con Dios? ¿Es una técnica para el autodomínio de los sentimientos o emociones o una auténtica relación con Alguien? Esta relación personal es una clave fundamental para discernir si nuestra oración es realmente cristiana o no.

Si queremos que todos conozcan y amen a Jesucristo y, por medio de Él, puedan llegar a encontrarse personalmente con Dios, la Iglesia no puede ser percibida únicamente como educadora moral (que da unas leyes y normas) o defensora de unas verdades (que enseña unos dogmas), sino ante todo como «maestra de espiritualidad» que nos invita a una experiencia profundamente humana de relación con el Dios vivo, como maestra de oración.

Conviene, pues, aprender a orar bien: orar como auténticos cristianos, con creatividad en las formas y, al mismo tiempo, con fidelidad a la tradición cristiana.

Recordemos unas verdades teológicas fundamentales

La fe y la oración son inseparables, ya que «la Iglesia cree como ora» y en lo que reza expresa lo que cree. Si nuestra fe está confusa, nuestra oración lo estará también. Tres cuestiones a tener en cuenta, para no distorsionar nuestra oración:

- *Jesús es el Hijo de Dios, Maestro y Señor.* La persona de Cristo se ha oscurecido: lo hemos reducido a un buen hombre, a un gran líder, a un modelo de justicia y no lo contemplamos como el Hijo de Dios, el Maestro y Salvador.
- *Dios tiene rostro: su Hijo Jesucristo.* El encuentro del cristianismo con otras religiones, especialmente asiáticas, ha dado lugar a un cierto «da igual una que otra», y reducimos a Dios a una «fuerza anónima», un Dios sin rostro: el rostro de Dios es para nosotros Cristo, el Hijo de

Dios, nacido de María.

- *Dios nos salva y nos promete la vida eterna.* Se ha sustituido, en nuestra cultura la idea cristiana de la salvación, que nos viene de Dios y no de nosotros, y que mira a la vida eterna, por el deseo de una «felicidad aquí y ahora», un bienestar de carácter material, el progreso de la humanidad, que dependería de nuestro esfuerzo. Nadie puede «auto salvarse»: solo Dios salva.

Estemos atentos a algunas influencias que pueden desvirtuar nuestra oración

Hay corrientes espirituales, especialmente venidas de Oriente, que pueden desvirtuar la oración cristiana. He aquí, algunas actitudes que se pueden filtrar en nuestra oración:

1ª) *Orar para encontrarme bien y en paz.* La metodología del **budismo zen** promueve un dialogo consigo mismo, todo es pura meditación para pacificar el propio sujeto: para sentirme bien, en quietud y paz. «No hay un Tú con el que hablar, sino que hablo conmigo mismo». Como técnicas de relajación son buenas, pero no confundamos estar relajado con estar orando: Orar es tratar con Dios, hablar y escucharle, sobre todo por medio de su Hijo Jesucristo.

2ª) *Dirigirme a un Dios anónimo, igual para todas las religiones.* Hoy nos rodean «muchas religiones»: Se puede caer en la tentación de que «da igual una que otra...», que la fe cristiana y católica es «una más». Estamos convencidos que nuestra fe es la verdadera. Nuestra fe cristiana se fundamenta en que Dios nos ha hablado por medio de su Hijo. Nos relacionamos con Dios a través de Jesús. Por eso, nuestra oración termina: Por Jesucristo Nuestro Señor.

3ª) *Contemplar a Cristo como un modelo a imitar pero ajeno a mí.* Cristo no se puede reducir a un «simple buen ejemplo», al lado de otros buenos ejemplos. No. Cristo no es solo un ejemplo a contemplar, él ha intervenido en nuestra vida: con su Muerte y Resurrección nos ha salvado y nos ha abierto las puertas del cielo. Con él puedo relacionarme, hablar, orar...

2. Cuáles son los elementos esenciales de la oración cristiana

Vamos ahora a enumerar algunos aspectos fundamentales de la oración cristiana:

Para discernir los elementos esenciales de la oración cristiana hay que dirigir, en primer lugar, una mirada a Jesucristo, el único camino que nos conduce al Padre. Su Evangelio es la norma principal de la vida cristiana. Él es el auténtico maestro de oración.

La oración entabla una relación: dirigida al Padre

La oración de Jesús es expresión de su relación filial con el Padre. Está, por tanto, dirigida a Dios y nunca es un ejercicio de introspección que termina en Él mismo, para encontrarse en paz, se dirige a un Dios que llama Padre, en una relación permanente y viva.

«En la oración del Señor, el centro no son sus deseos ni la consecución de una felicidad terrena al margen de Dios, sino la comunión con el Padre. El criterio de autenticidad de la oración cristiana es la confianza filial en Dios, para aceptar que se haga siempre su voluntad, sin

dudar nunca de Él y poniéndose al servicio de su plan de salvación. Vivir como si Dios no existiera es la mayor dificultad para la oración». (*Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*, 23).

Más allá de la pura técnica: sencillez exterior y sinceridad interior

En este tiempo en el que parece que para muchos el primer problema de la oración es la cuestión de las técnicas para entrar en ella, llama la atención que Jesús no diera muchas instrucciones sobre esto. «Para Él es más importante **la sencillez exterior y la sinceridad interior**. Esta es la clave para entender las breves indicaciones del Señor a los discípulos sobre cómo orar que encontramos en los textos evangélicos: no se puede separar la vida y la oración (cf. Mt 7,21); por eso, para presentar la ofrenda en el altar, es necesario estar en paz con los hermanos (cf. Mt 5, 23-25); la oración que nace del amor de Dios incluye pedir por los perseguidores (cf. Mt 5, 44); para orar en lo secreto, donde solo el Padre lo ve, no se necesitan muchas palabras (cf. Mt 6, 6-8); pedir perdón a Dios exige perdonar desde el fondo del corazón a los enemigos (cf. Mt 6, 14-15); para que la oración sea eficaz, hay que confiar en que ya se ha recibido lo que se ha pedido (cf. Mc 11, 24); es necesario orar siempre sin cansarse (cf. Lc 11, 5-13; 18, 1); la oración que llega a Dios nace de un corazón humilde (cf. Lc 18, 9-14); el cristiano reza en el Nombre de Jesús (cf. Jn 14, 13-14) (*Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*, 24).

La enseñanza de Jesús sobre la oración «se concentra en el Padrenuestro». A contemplar esta oración, «que Jesús nos enseñó», dedicaremos las dos charlas siguientes.

La oración cristiana es gratuita, vale por sí misma

«Por tu inmensa gloria te alabamos, te bendecimos, te adoramos, te glorificamos, te damos gracias». La oración cristiana es un gesto gratuito de reconocimiento a Dios, y no se puede instrumentalizar con otras finalidades. El centro y la meta es siempre Dios, a cuyo encuentro se encamina la vida del hombre.

... nos adentra en el misterio de Dios

Vamos a mirar a dos grandes santas del Carmelo: «Para Santa Teresa de Jesús, la oración es “tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos que nos ama” (*Libro de la Vida* 8.5). Recordando el amor de Dios se crece en el amor a Dios, ya que “amor saca amor” (Ibid., 22,14). Santa Teresa del Niño Jesús describe su experiencia de oración con estas sencillas palabras: “Para mí la oración es un impulso del corazón, una sencilla mirada lanzada al cielo, un grito de gratitud y de amor tanto en medio del sufrimiento como en medio de la alegría. En una palabra, es algo grande, algo sobrenatural que me dilata el alma y me une a Jesús” (*Manuscritos autobiográficos*, C, 25). Este amor “ha sido derramado en nuestros corazones con el Espíritu Santo que se nos ha dado” (Rom 5, 5)... Él siembra en nosotros la semilla del amor a Dios que se alimenta en la plegaria y es también el maestro interior para conducirnos al Padre: Enviado a nuestros corazones, nos hace gritar “Abba” (cf. Rom 8, 14-16; Gal 4, 6). La vida de oración es obra del Espíritu Santo en el corazón del creyente. Él nos guía interiormente para que lleguemos a entrar en lo más profundo de la misma vida del Dios Trinitario que es amor» (*Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*, 31).

El Dios en quien el hombre hallará el descanso no es un ser impersonal, sino el Padre que se ha acercado a nosotros en el Hijo y en el Espíritu para que podamos compartir con Él la grandeza de su amor. Creciendo en la fe, la esperanza y el amor a Dios por medio de la oración, el cristiano se ejercita en la vivencia de su relación filial con Él.

... y nos lleva hasta el hermano

«Ahora bien, no podemos olvidar que, cuando es auténtica, *la oración cristiana lleva consigo inseparablemente el amor a Dios y el amor al prójimo*. La relación sincera con Dios se debe verificar en la vida. Es un culto vacío y una falsa piedad la que se desentiende de las necesidades de los demás. Por eso, toda forma de espiritualidad que conlleve un desprecio de nuestro mundo y su historia, en particular de aquellos que más sufren, no es conforme con la fe cristiana. La verdad de la oración cristiana y del amor a Dios al que ella conduce se muestra en el amor y la entrega a los hermanos.

El precepto del amor a Dios y al prójimo anima también la misión evangelizadora de la Iglesia para que todos los hombres se salven, según la voluntad divina. Por eso *la oración y la caridad son el alma de la misión*, que nos urge a compartir la alegría del Evangelio, el tesoro del encuentro con Cristo» (*Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*, 32).

3. La Iglesia, «una madre que nos enseña orar a sus hijos»

La Iglesia es una madre que nos enseña a orar: «Cuando el cristiano ora, lo hace siempre como miembro del *Cuerpo místico de Cristo que es la Iglesia*. De ella recibe inseparablemente la vida de la gracia y el lenguaje de la fe: *Como una madre que enseña a sus hijos a hablar y con ello a comprender y a comunicar, la Iglesia, nuestra Madre, nos enseña el lenguaje de la fe para introducirnos en la inteligencia y en la vida de la fe*. Si la Iglesia es el lugar donde se recibe la fe, es también el ámbito privilegiado donde se aprende a orar: “por una transmisión viva (la sagrada Tradición), el Espíritu Santo, en la Iglesia creyente y orante, enseña a orar a los hijos de Dios”... El aprendizaje de la oración solo es posible en el ámbito de la iniciación cristiana, que debe comenzar en el seno de familia, donde, como dice el papa Francisco, *la fe se mezcla con la leche materna*» (*Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*, 33).

Para asimilar el lenguaje de la oración es necesaria la *lectura asidua de la Escritura* (la Palabra de Dios); la *lectio divina* nos adentra en un mejor conocimiento de la Palabra de Dios. Pero es, sobre todo, la *Liturgia* la que nos enseña como conviene: «De este modo, al unir la oración personal y la liturgia, evita caer en el peligro de un subjetivismo que reduce la oración a un simple sentimiento sin contenido objetivo. El centro de la vida litúrgica lo constituye el sacramento de la Eucaristía, *fuentes y culmen de toda la vida cristiana* y, por ello, la oración más importante de la Iglesia. El encuentro sacramental con el amor de Dios en su Palabra y en el Cuerpo y la Sangre de Cristo que se vive en la Santa Misa se prolonga en la adoración eucarística» (*Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*, 34).

Hay diversas formas de oración

«Lo más importante en la plegaria es *la presencia del corazón ante Aquel a quien hablamos en*

la oración. Si la naturaleza humana tiene un carácter inseparablemente corpóreo-espiritual, el ser humano tiene necesidad de expresar externamente sus sentimientos.

- La *oración vocal*, tan plenamente humana, es *un elemento indispensable de la vida cristiana*. Es una oración de multitudes que aúna voluntades. La oración «se hace interior en la medida en que tomamos conciencia de Aquel a quien hablamos» (Sta. Teresa). La oración vocal no se puede oponer a la oración interior. Ambas se necesitan mutuamente, porque los seres humanos no podemos prescindir del lenguaje a la hora de pensar y de expresarnos.

- Junto a la oración vocal, está la *meditación*. Meditar lo que se lee conduce a apropiárselo confrontándolo consigo mismo, abriendo otro libro: el de la propia vida. Así el orante busca comprender las exigencias de la vida cristiana y responder a la voluntad de Dios. La meditación cristiana no consiste únicamente en analizar los movimientos del propio interior, ni termina en uno mismo, sino que nace de la confrontación de la propia vida con la voluntad de Dios.

- En la *contemplación*, las palabras y los pensamientos dejan paso a la experiencia del amor de Dios: el orante centra su mirada de fe y su corazón en el Señor y crece en su amor. Por ello, la oración contemplativa es, propiamente hablando, la oración del hijo de Dios, del pecador perdonado que consiente en acoger el amor con el que es amado y que quiere responder a él amando más todavía; es *la expresión más sencilla del misterio de la oración y su culmen*, porque en ella llegamos a la unión con Dios en Cristo (Cf. *Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*, 35).

La oración también es *combate* y supone un esfuerzo para superar las dificultades que aparecen en el camino. Hay que *progresar en la oración*: ello exige *una disciplina y programarla bien*. Hoy, en el ritmo de la vida que nos lleva, lo que no se programa no se consigue. Incluso lo programado, a veces, cuesta lograrlo. Si en el programa de mi vida y en la distribución de mi tiempo no consta la oración, ¡no rezaré!

María es modelo y ejemplo de oración para los cristianos

«La Santísima Virgen María, Madre y modelo eminente de la Iglesia, es también para todos los cristianos ejemplo logrado de oración.... Ella, con su testimonio, ha sido para tantos maestros de oración el verdadero modelo de discípulo orante» (*Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*, 38). A ella dedicaremos la última meditación.

Conclusión

«La sed de Dios» que acompaña la existencia de todo ser humano se saciará finalmente cuando podamos contemplarlo cara a cara. Mientras tanto, la oración, expresión de este deseo de Dios «en medio de nuestra vida cotidiana», es necesaria para perseverar en el camino de la santidad, a la que todos estamos llamados por voluntad de Dios (1 Tes 4, 3). Parecernos a Dios, nuestro Padre, ser santos como él: este es el verdadero objetivo de la oración.

III. «MAESTRO, ENSEÑANOS A ORAR»

Jesús nos invita a decir a Dios ¡Padre!

INVOCAR A DIOS COMO PADRE, ES UNA OSADÍA. La oración primordial de los cristianos, enseñada por Jesús, sorprende sobre manera. ¡Qué atrevimiento dirigirnos a Dios, llamándole Padre!

El trato hace que los amigos terminen pareciéndose, compartiendo ideas y sentimientos. El Espíritu Santo que Jesús resucitado comunica y otorga hace posible que nos acerquemos a la amistad e intimidad personal con Dios Padre, a través de Jesucristo. El Espíritu pone en nuestros labios la confesión, ¡*Jesús es Señor!* (1Cor. 12, 3); y la invocación, ¡*Abba. Padre!* (Rom 8, 16); inseparables ambas, confesión e invocación.

1. «Maestro: Enseñanos a orar»

El papa emérito Benedicto XVI, en el capítulo V de su libro *Jesús de Nazaret*, reflexiona sobre el Padrenuestro. Contempla el relato desde dos evangelistas: Mateo y Lucas. Su reflexión se inicia al hilo del Evangelio de Mateo, previniendo sobre «dos formas erróneas de rezar»: «Cuando oréis, no seáis como los hipócritas, a quienes les gusta orar de pie en las sinagogas y en las esquinas de las plazas, para que los vean los hombres. En verdad os digo que ya han recibido su recompensa. Tú, en cambio, 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. Cuando recéis, no uséis muchas palabras, como los gentiles, que se imaginan que por hablar mucho les harán caso. No seáis como ellos, pues vuestro Padre sabe lo que os hace falta antes de que lo pidáis» (Mt 6,5-8).

Primero advierte *la oración no ha de ser una exhibición ante los hombres; requiere una discreción que es esencial en una relación de amor...* Puntualiza el Papa: «El amor de Dios por cada uno de nosotros es totalmente personal y lleva en sí ese misterio de lo que es único y no se puede divulgar ante los hombres... Esta «discreción esencial» de la oración no excluye la dimensión comunitaria: el mismo Padrenuestro es una oración en primera persona del plural... Pero este *nosotros* reaviva lo más íntimo de mi persona; al rezar, siempre han de compenetrarse el aspecto exclusivamente personal y el comunitario...».

Segundo (Cf. 6,7-8): *otra forma equivocada de rezar ante la cual el Señor nos pone en guardia es la palabrería, la verborrea con la que se ahoga el espíritu...* El Papa nos advierte: «Más allá de recitar formulas sabidas, o levantar la oración con palabras de petición o de agradecimiento, es necesario que la relación con Dios permanezca en el fondo de nuestra alma. Para que esto ocurra, hay que avivar continuamente dicha relación y referir siempre a ella los asuntos de la vida cotidiana. Rezaremos tanto mejor cuanto más profundamente esté enraizada en nuestra alma la orientación hacia Dios...»

El evangelista Lucas ofrece la enseñanza del Padrenuestro en un contexto diverso al de Mateo. En pleno viaje catequético a Jerusalén. Ha enviado a los setenta y dos discípulos, un número que parece simbolizar el conjunto de los pueblos gentiles como el doce simbolizaba las tribus de Israel (Lc. 10, 1 16); ha exultado en oración de alabanza por la fe de los sencillos (Lc

10, 21-24); a continuación, la parábola del samaritano amplía la proximidad más allá de todo límite (Lc 10, 29 s.); finalmente, María de Betania elige «la mejor parte», es decir, estar con Jesús (Lc 10, 42). No es casual que continúe la enseñanza del Padrenuestro.

Pero, quizá, lo más importante de esta perícopa (Lc 11, 1-11) es el pretexto elegido para la enseñanza: «Estando él orando en cierto lugar, cuando terminó, le dijo uno de sus discípulos: Maestro, enséñanos a orar...». La forma de orar de Jesús impresionaba a sus discípulos; al verlo orar, uno de ellos le pidió que les enseñase a rezar. No sabemos exactamente qué es lo que más les impresionaba en aquella oración, pero podemos presumir que era sobre todo el impulso que llevaba al Hijo hacia el Padre y que suponía un compromiso de toda su alma en el contacto filial. En aquellos momentos privilegiados, debía notarse una irradiación serena en el rostro de Cristo, que era como un reflejo del Padre invisible que contemplaba.

El discípulo esperó a que terminase aquella oración antes de formular su petición: «Señor, enséñanos a orar, como Juan enseñó a sus discípulos» (Lc 11,1). Había sido discípulo de Juan Bautista y había recibido sus enseñanzas sobre la manera de orar. Pero al seguir con sus ojos a Jesús en su oración, comprendía la diferencia y deseaba rezar como él. Cuando dijo: «Enseñanos a orar», intentaba decir: «orar a tu manera». El Maestro no dejó de responder a esta petición que él mismo había provocado: «Cuando oréis, decid: Padre.....» Y enunció en unas breves palabras el contenido de la oración que deseaba enseñarles.

Jesús no ha dado a sus discípulos una regla oracional como hacían los grandes maestros. Él reza continuamente en medio de sus discípulos, reza ante ellos, transparenta la presencia del Padre. La oración del Padrenuestro es una participación en la oración personal del Señor. La oración cristiana, siguiendo a Santa Teresa de Jesús, es una hermosa historia de amistad, donde el Señor trasmite su alma orante a los amigos y estos van siéndolo cada vez más, conforme se introducen en esa oración del Amigo: «En el Padrenuestro rezamos con Jesús y el reza con nosotros al Padre».

2. La oración de Jesús: la oración nueva, la oración primordial

Cristo no se limitó a revelar al Padre. Mostró con su oración personal cómo podía expresarse la confianza y el amor filial. Invitó a sus discípulos a invocar al Padre llamándolo por su nombre y les enseñó una oración, que ha sido preciosamente recogida por la piedad cristiana.

La gran novedad de la oración enseñada por Jesús consiste en la familiaridad con que invitó a los discípulos a dirigirse a un Dios que era su Padre. En la tradición judía se había desarrollado un respeto tan grande por la majestad divina que se abstenía ordinariamente de pronunciar el nombre de Dios. A lo largo del año litúrgico no había más que un solo día en el que el santo nombre de Dios era pronunciado en voz alta por el sumo sacerdote: la fiesta de la Expiación terminaba con una proclamación de este nombre, que suscitaba en la gente un movimiento de postración y de adoración. Por consiguiente, se ponía el acento en la distancia que existía entre Dios y el mundo.

En su oración personal Jesús demuestra que franquea esta distancia, ya que invoca al que reza con el nombre de «Abba», que podemos traducir por nuestro cariñoso «papá» (Mc 14,36). Es ésta una novedad absoluta. Se explica por el hecho de que Jesús es el Hijo que tiene un

acceso total a la intimidad del Padre.

Jesús invoca en otras ocasiones a Dios como Padre: en la soledad del Huerto de los Olivos, en Getsemaní (cf. 22,39-46), donde con una familiaridad asombrosa con su Padre, le permite con entera libertad, incluso pedirle que le ahorrara la prueba de la pasión: «Padre, si es posible, que pase de mí este cáliz». Podía expansionarse filialmente ante el terrible sufrimiento que le amenazaba; el grito «Abba» adquiriría todo su valor en el momento de la angustia: «Padre, ayúdame; pero que no se haga mi voluntad sino la tuya...».

Al abrir el camino de la intimidad filial con el Padre, Jesús ensancha el campo de la oración mediante la facultad de decirlo todo y mediante ciertas iniciativas atrevidas que pertenecen a la dignidad de hijo. Utilizar la palabra familiar «papá» es al mismo tiempo apelar al afecto cariñoso del padre para obtener de él cuanto se desea.

Esta familiaridad, también se manifiesta en la espontaneidad de su impulso hacia el Padre, cargado de entusiasmo evangelizador, cuando «se llenó de alegría en el Espíritu Santo y dijo: *Te doy gracias, Padre, Señor de cielo y tierra, porque has escondido estas cosas a los sabios y entendidos, y las has revelado a los pequeños. Si, Padre, porque así te ha parecido bien... Y volviéndose a sus discípulos, les dijo aparte: Bienaventurados los ojos que ven lo que vosotros veis!*» (21-24).

En Getsemaní, son los sentimientos de amargura y de pavor los que provocan el recurso al Padre, una búsqueda más anhelante de su intimidad. En el clima más sereno de la vida pública, sube hacia el Padre un grito de admiración por los favores concedidos a los más pequeños. Tanto en el gozo como en la tristeza, asciende hasta el Padre la oración.

Sabemos que el corazón humano siente con frecuencia la necesidad de compartir sus sentimientos con los demás. El corazón humano de Cristo emprendió, por su intimidad con el Padre, el camino de la confianza más completa. Este camino se abre ahora a la humanidad. Cuando la oración es contacto con la persona del Padre, puede expresarse con la más amplia libertad y la más profunda confianza.

La oración del discípulo, participación de la oración del Maestro

El Padrenuestro, la oración del Señor, «la oración dominical es en verdad el resumen de todo el Evangelio» (Tertuliano). La primera palabra de la oración es la más nueva y la más característica: «Padre», probablemente en arameo: *Abba*. Con esta oración, Jesús respondía no solamente a la petición de aprender a orar, sino al deseo del discípulo que deseaba orar como él.

La novedad sorprendente con la que decía *Abba* en su oración personal tiene que pasar a la oración de sus discípulos. Desea compartir con ellos su condición filial y su vida como hijo; por consiguiente, quiere también compartir con ellos su oración filial. Enseñarles a orar es enseñarles ante todo a decir: *Abba*. De esta forma quiere introducirlos en toda la profundidad de su intimidad con su Padre. Los discípulos nunca se habrían atrevido a apropiarse en su oración personal la invocación *Abba*, tan característica de la oración de Jesús, si éste no les hubiera invitado a emplear este vocablo. La intención de Cristo era acercar lo más posible a sus discípulos a Aquel que era su Padre.

La ausencia frecuente de la invocación «Padre» indica una falta de conciencia filial en la

vida cristiana. Al pronunciar el nombre *Abba* condesamos y reforzamos la relación paterno-filial. No nos sentimos huérfanos.

Las tres primeras invocaciones del Padrenuestro

El cristiano reza el Padrenuestro con los mismos sentimientos filiales de Cristo, que no vino a hacer su voluntad, sino a cumplir la voluntad del Padre que le había enviado. Las tres primeras peticiones del Padrenuestro miran a Dios: santificado sea «tu» nombre, venga «tu» reino, hágase «tu» voluntad. Lo primero eres «TÚ».

En el Padrenuestro Jesús pone palabra a lo que experimentó todos los días, el deseo de dar gloria al Padre devolviendo al hombre la imagen perdida. Al profesar a Dios como «Padre nuestro», al proclamar «santificado tu Nombre», «venga a nosotros tu Reino», «hágase tu Voluntad, en la tierra como el cielo», Jesús nos invita a aceptar la paternidad de Dios en nuestra vida, qué la paternidad divina sea aceptada, reconocida, agradecida: aceptar a Dios como Padre, es sentirme hijo, en el Hijo...

El resto, las peticiones que siguen, están subordinadas a este sentimiento: pedimos «el pan de cada día», «el perdón de los pecados» «que nos libre del mal» en esta vida de impaciente espera, de agónica lucha y de frágil andadura. Y Dios, «se gana, merece» el nombre de Padre, dándonos diariamente sus entrañas de misericordia: en el Pan de la Eucaristía, en el Perdón que nos devuelve la amistad con él y construye la fraternidad, en la fortaleza para rechazar la tentación del Maligno.

«El Padrenuestro (la oración dominical), es el modelo y la norma de la oración auténticamente cristiana porque, en palabras de san Agustín, *si vas discurriendo por todas las plegarias de las santa Escritura, creo que nada hallarás que no se encuentre y contenga en esta oración dominical. Por eso, hay libertad para decir estas cosas en la oración con unas u otras palabras, pero no debe haber libertad para decir cosas distintas*» (cf. *Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo*, 24-27).

La oración confiada del Padrenuestro no solo refuerza los lazos de filiación con Dios Padre, sino que refuerza nuestros lazos de amistad con Jesús, que nos enseñó esta oración y que la reza con nosotros. El Padrenuestro es una oración no sólo de hijos de Dios, sino de amigos y hermanos del Hijo único, en cuyos sentimientos se injertan los nuestros.

3. Cuando falta el trato... «¿También vosotros queréis marcharos?» (Jn 6, 68)

La oración es trato de amistad, el Padrenuestro es rezar a Dios Padre, en compañía y con las palabras que Jesús nos enseñó, y si falta el trato, se debilita la relación: el sentimiento de filiación se oscurece, la relación de amistad con Jesús se quiebra. Así ocurrió a muchos.

Leamos un pasaje evangélico muy llamativo. «Dijo Jesús: *Yo soy el pan que ha bajado del cielo; el que coma de este pan vivirá para siempre. Y el pan que yo daré es mi carne por la vida del mundo. Disputaban los judíos entre sí: ¿Cómo puede este darnos a comer su carne?* Entonces Jesús les dijo: *El que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna, y yo lo resucitaré en el último día. Mi carne es verdadera comida, y mi sangre es verdadera bebida. El que come mi carne y bebe mi sangre habita en mí y yo en él. Como el Padre que vive me ha enviado, y yo vivo por el Padre, así, del mismo modo, el que me*

come vivirá por mí. Este es el pan que ha bajado del cielo: no como el de vuestros padres, que lo comieron y murieron; el que come este pan vivirá para siempre». Esto lo dijo Jesús en la sinagoga, cuando enseñaba en Cafarnaún. Resultado del discurso fue el abandono de muchos. Y entonces Jesús les dijo a los Doce: *¿También vosotros queréis marcharos?* Simón Pedro le contestó: *Señor, ¿a quién vamos a acudir? Tú tienes palabras de vida eterna; nosotros creemos y sabemos que tú eres el Santo de Dios*». (Jn 6, 48-69). Sin embargo al poco tiempo, Pedro estará negándolo por tres veces.

¿Por qué este abandono? Porque los discípulos estaban compartiendo una actividad intensa con el Maestro pero, al tiempo, existía un abismo de distancia y cierta incompreensión. Son numerosos los lugares del evangelio donde aparece esa distancia interior entre los apóstoles y Jesús. Así, en la confesión de Cesarea (cf. Mt 16,13-23), cuando Jesús pregunta quién es él, la respuesta de Pedro: «Tú eres el Mesías», es solo una respuesta «de memoria». Pedro no entiende lo que confiesa. Cuando el Maestro anticipa su Pasión, ellos ni comprenden ni se atreven a preguntar (cf. Mc 8,29-35). Tampoco aceptan íntimamente su vuelta a Jerusalén, tras el intento de lapidación, para visitar al amigo enfermo (Jn 11, 8.16); no entienden nada. Están con él pero están lejos de él. Le conocen y le desconocen profundamente; ni siquiera pueden acompañarle en la noche de Getsemaní, cuando se quedan dormidos: *¿conque no habéis podido velar una hora conmigo?* (Mt 26, 40). Por eso, llegada la pasión, Jesús sabe y anuncia que su muerte traerá consigo la dispersión (Mt 26, 31 s.); así se lo profetiza a Pedro poco antes de las negaciones de este (Lc 22, 31 s.).

¿Qué ocurre? Están con él pero no están íntimamente con él. Están con él: siguen su proyecto, el Reino que anunció en el monte. Se han apuntado a su «causa, a su programa», pero no saben que el programa es él mismo, su persona en la historia. Esa será la causa de la incompreensión y del abandono. No han hecho todavía experiencia de amistad.

La oración cristiana, nace de la amistad con Jesús y, al mismo tiempo, confirma esa amistad, la profundiza y la conduce a plenitud: don de la amistad, camino de amistad, ejercicio de amistad, amistad sin más. Por eso va más allá de la obligación, de la metodología, de la necesidad externa; es fiel como la amistad; no tiene «utilidad» porque vale por sí misma.

Estamos invitados a suspender nuestra vida de esta hermosa oración enseñada por Jesús: al levantarnos, al acostarnos, en momentos de gozo, en situaciones de angustia, nuestra mirada se levanta al cielo y traemos de la memoria al corazón la invocación más hermosa: *Padrenuestro*.

Conclusión

La amistad exige el trato. La oración es tratar con Jesús que se ofrece como Amigo y reclama mi amistad. La oración es conversación con el Amigo, y ya, por sí misma, es don, premio, gozo, paz. Jesús nos enseña a orar como él: invocando a Dios como Padre, descansando en él, buscando nuevas soluciones a nuestras preocupaciones y programar nuestros planes de futuro a la luz de sus enseñanzas... Orar, tratar con el Maestro y Señor, da calidad a nuestra vida: fortalece nuestra fe, alienta nuestra esperanza y aviva la caridad.

IV. «QUIEN DICE SEÑOR, SEÑOR Y NO AMA A SU HERMANO MIENTE»

Decid «Padre nuestro»: la fraternidad brota de la filiación

NOS ATREVEMOS A DECIR: PADRENUESTRO. En la celebración de la Eucaristía, antes de comulgar, íntimamente recogidos, respondemos a la invitación del sacerdote: «Fieles a la recomendación del Salvador y siguiendo su divina enseñanza, nos atrevemos a decir». Y rezando juntos la oración dominical. La invocación con que comienza, «Padre nuestro», nos indica que estamos ante una oración comunitaria, pues invocamos a Dios como Padre «nuestro». Podemos incluso unir las dos palabras en una: «Padrenuestro». Es una oración que cuando rezamos, aunque estemos en la más estricta soledad, nos empuja a la fraternidad.

Con esta oración, el Señor nos enseña a orar en común por todos los hermanos. Porque él no dice «Padre mío» que estás en el cielo, sino «Padre nuestro», a fin de que nuestra oración sea un encuentro de hermanos que se dirigen al Padre común. Sólo Jesús podía decir con pleno derecho «Padre mío», porque realmente sólo Él es el Hijo unigénito de Dios. En cambio, todos nosotros tenemos que decir: «Padre nuestro». Sólo en la comunión con Cristo Jesús, nos convertimos verdaderamente en hijos de Dios... Con la palabra «nuestro» decimos, también, sí a la Iglesia, en la que el Señor quiso reunir a su nueva familia, una familia sin fronteras.

1. Las cuatro últimas peticiones, reclaman y favorecen la fraternidad

Después de las primeras peticiones, que se dirigen a Dios Padre, las cuatro últimas peticiones se refieren más directamente a nuestras necesidades, a nuestra vida de convivencia y de fraternidad. Mientras que las tres primeras iban siguiendo según un orden de interiorización progresiva del dominio amoroso del Padre sobre nosotros: *santificado sea tu Nombre, venga tu Reino, hágase tu voluntad*, las cuatro últimas se distinguen por su referencia a las tres etapas del tiempo humano: el presente, el pasado y el porvenir. Para el presente la petición se refiere al *pan de cada día*; para el pasado, al *perdón de las ofensas*; para el futuro, al *apoyo en las tentaciones y a la protección contra el demonio*. Notemos que estas peticiones las hacemos en plural: danos, perdónanos, no nos dejes caer...

«Danos, hoy, el pan que necesitamos»

Un padre humano se preocupa de asegurar el sustento de sus hijos. Nuestro Padre Dios, que en su Providencia se interesa por todas las necesidades de sus hijos, está siempre dispuesto a acoger la petición del pan de cada día.

Podríamos incluso preguntarnos por la necesidad de esta petición, ya que Jesús recomienda en otro lugar a sus discípulos que no se inquieten por su alimento, dado que el Padre conoce todas sus necesidades. El Maestro ha querido incluir esta petición en la oración que les enseñaba a fin de favorecer en ellos un espíritu de cooperación y desarrollar un recurso confiado a la bondad del Padre en todos los terrenos. Dirigiendo esta petición al Padre es como profundizarán en su convicción de que lo reciben todo de él.

Esta petición no recae más que sobre el pan de cada día. La versión de Mateo: «Dánosle hoy» es más fiel a las palabras de Jesús que la de Lucas: «Dánosle cada día». No se trata de la preocupación por el pan de cada día, sino únicamente del pan de la jornada que se está viviendo; es preciso excluir toda inquietud relativa al porvenir. En otro lugar Jesús declara: «No andéis preocupados por el día de mañana» (Mt 6,34). Es una petición cargada de plena confianza.

El pan que se pide es el pan material, signo de todo lo que es necesario para el mantenimiento de la vida del cuerpo. Pero en la intención de Jesús, el pan que se espera de la mano generosa del Padre es igualmente, e incluso en primer lugar, un pan espiritual. «No solo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios» (Mt 4,3-4), dirá Jesús, cuando rechaza la tentación. Y a propósito de la multiplicación de los panes, dirá a sus discípulos: «Os aseguro que no fue Moisés quien os dio el pan del ciclo. Es mi Padre quien os da el verdadero pan del ciclo. El pan de Dios viene del cielo y da la vida al mundo» (Jn 6,32). Cuando dice: «Yo soy el pan de vida» (Jn 6,35), anuncia la Eucaristía.

Este pan es el que piden sobre todo los cristianos al Padre. Piden que los alimente de la vida espiritual de Cristo, y más particularmente de la Eucaristía.

«Perdona nuestras ofensas, así como nosotros perdonamos a los que nos ofenden»

Esta petición atestigua que la oración enseñada por Jesús no es idéntica a la que él mismo rezaba. En efecto, las ofensas de las que se habla son los pecados cometidos; constituyen un ultraje que nos convierte en deudores del Padre. Jesús, que en su santidad no podía implorar más que para los otros el perdón de Dios, nos invita a todos a pedir para nosotros mismos el perdón de nuestras culpas.

Él desea que, al situarnos en presencia del Padre, tomemos más vivamente conciencia de nuestro estado de pecadores. En la parábola del deudor sin misericordia (cf. Lc 16,1-13), evoca este estado como el de una deuda tan considerable que es imposible pagarla. El misterio del pecado consiste en una ofensa que tiene una dimensión infinita, ya que ataca a Dios en la inmensidad del amor que nos tiene. La única esperanza del pecador estriba en pedir y en obtener el perdón divino. Dirigimos al Padre la petición de perdón, ya que, como muestra la parábola del hijo pródigo, es su amor paternal el que se ha visto herido por la actitud arrogante del pecador. La petición de perdón tiene que inspirarse en la confianza en esta misma bondad del Padre; ha de excluir toda inquietud, en la certeza de que habrá de ser escuchada.

Sin embargo, se menciona expresamente una condición para que se otorgue el perdón. Tenemos que perdonar por nuestra parte a los que nos han ofendido: «Porque si perdonáis a los demás sus culpas, también os perdonará a vosotros vuestro Padre celestial» (Mt 6,14). Para subrayar la importancia que atribuye a esta condición, Jesús la insertó en el texto de la oración, de tal forma que no se puede rezar el Padrenuestro más que renovando la intención de perdonar. Este perdón debe incluso ser un hecho adquirido y aceptado: «como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden», dice la versión de Mateo.

Mi perdón a los demás no es una compensación que pudiera limitar la gratuidad del perdón del Padre. El perdón sigue siendo enteramente pura gracia del Padre; pero no puede concederle más que cuando encuentra en sus hijos la buena voluntad dispuesta a perdonar a los

otros.

«No nos dejes caer en la tentación y líbranos del Maligno»

«No nos dejes caer en la tentación» expresa una finura espiritual. No podemos pedirle al Padre que nos ahorre todas las tentaciones: Cristo fue tentado y nosotros estamos sometidos igualmente a esta prueba. Lo que pedimos es la ayuda del Padre para tener la fuerza de resistir a la seducción del mal: «no caer en la tentación».

Esta petición nos recuerda nuestra fragilidad, que tiene necesidad de ayuda. Jesús hizo comprender a sus discípulos que la oración era necesaria para no ser víctimas de la tentación: «Velad y orad, para que podáis hacer frente a la prueba» (Mt 26,41), es decir, para no sucumbir en la tentación.

La protección que se pide frente a la tentación se precisa a continuación, en una última petición: «Líbranos del maligno». Esta traducción es preferible a la tradición que se admite habitualmente: «Líbranos del mal». Se trata realmente del demonio, un terrible tentador. El Maestro quiso que sus discípulos tomaran conciencia del peligro que constituye este adversario para ellos. Por ello, el Maestro nos previene, denunciándolo, para que lo descubramos. Lo llama «mentiroso por naturaleza y padre de la mentira» (Jn. 8,44). Se trata de una paternidad en el mal, opuesta a la paternidad del Padre celestial; se manifiesta en el comportamiento de aquellos que se oponen al mensaje del evangelio, «Tenéis por padre al diablo» (Jn 8,48), dice Cristo a los que le persiguen con su enemistad.

Así se explica que la oración que había comenzado por «Padre» termine con la evocación del «Maligno», que pretende rivalizar con la paternidad del Padre extraviando a los hombres por el camino del mal. Sin embargo, es el Padre el que obtiene la victoria. Jesús alude aquí a la victoria que iba a alcanzar sobre el príncipe de este mundo (Jn 12,31) y a la que los mismos discípulos habían alcanzado sobre Satanás en su misión apostólica (Lc 10,18).

Los cristianos están invitados a pedir la ayuda del Padre en esta victoria. Están comprometidos en un combate en el que la «paternidad benéfica y salvadora del Padre» se impone sobre la «paternidad de la mentira y la hostilidad del Maligno».

2. La caridad fraterna da credibilidad a nuestra oración

Las peticiones últimas del Padrenuestro nos reclaman la vida de fraternidad. El Maestro es tajante: «Si alguno dice que ama a Dios, y aborrece a su hermano, es mentiroso. Pues el que no ama a su hermano a quien ha visto, ¿cómo puede amar a Dios a quien no ha visto?» (1Jn 4,20). La Palabra de Dios es clara cuando dice que «quien aborrece a su prójimo no puede afirmar que ama a Dios».

Uno de los mandatos principales o el resumen de todos ellos es: «Amar a Dios sobre todas las cosas y a nuestro prójimo como a nosotros mismos». A veces, Dios coloca junto a nosotros a personas difíciles de amar, por su maldad contra nosotros... A muchos de ellos, el Padre los coloca cerca de nosotros para probar nuestro amor. La misión de todo hijo de Dios Padre es ser mensajero de su amor a todos, de su amor hasta el enemigo que le entrega: el amor

fraterno es extensión del amor filial.

La oración del Padrenuestro, dirigida a Dios en las primeras peticiones, desvía después nuestra mirada, en las últimas peticiones, a la vida de fraternidad: ¡Padre: llenamos de tu amor de tal manera, que podamos mirarnos y mirar a todos, incluso a nuestros enemigos, con la misma misericordia y compasión con que tú los ves: somos indigentes, atados a la debilidad, herida y faltos de amor.

Volvamos a oír estas hermosas palabras del documento reciente de nuestros obispos sobre la oración: «Creciendo en la fe, la esperanza y el amor a Dios por medio de la oración, el cristiano se ejercita en la vivencia de su relación filial con Él. Ahora bien, no podemos olvidar que, cuando es auténtica, la oración cristiana lleva consigo inseparablemente el amor a Dios y el amor al prójimo. La relación sincera con Dios se debe verificar en la vida. Es un culto vacío y una falsa piedad la que se desentiende de las necesidades de los demás... *La verdad de la oración cristiana y del amor a Dios al que ella conduce se muestra en el amor y la entrega a los hermanos*. El precepto del amor a Dios y al prójimo anima también la misión evangelizadora de la Iglesia para que todos los hombres se salven, según la voluntad divina. Por eso *la oración y la caridad son el alma de la misión*, que nos urge a compartir la alegría del Evangelio, el tesoro del encuentro con Cristo» (*Mi alma tiene sed de Dios*, 32).

Nos fijamos en dos aspectos: oración y caridad y oración y evangelización.

Oración y caridad: el verdadero culto a Dios

Nos ha dicho Francisco, en la cita anterior: «La verdad de nuestra oración y del amor a Dios al que ella conduce se muestra en el amor y la entrega a los hermanos». Por ello, insiste, en su hermosa Carta *Gaudete et exsultate*, sobre la llamada a la santidad: «No es sano amar el silencio y rehuir el encuentro con el otro, desear el descanso y rechazar la actividad, buscar la oración y menospreciar el servicio. Todo puede ser aceptado e integrado como parte de la propia existencia en este mundo, y se incorpora en el camino de santificación. Somos llamados a vivir la contemplación también en medio de la acción, y nos santificamos en el ejercicio responsable y generoso de la propia misión» (*Gaudete et exsultate*, 26).

No podemos separar la oración de la caridad. No podemos vivir el culto a Dios en la liturgia, olvidándonos del ejercicio de la caridad con los hermanos. Nos recuerda el Papa: «Podríamos pensar que damos gloria a Dios solo con el culto y la oración, o únicamente cumpliendo algunas normas éticas —es verdad que el primado es la relación con Dios—, y olvidamos que el criterio para evaluar nuestra vida es ante todo lo que hicimos con los demás. La oración es preciosa si alimenta una entrega cotidiana de amor. Nuestro culto agrada a Dios cuando allí llevamos los intentos de vivir con generosidad y cuando dejamos que el don de Dios que recibimos en él se manifieste en la entrega a los hermanos» (*Gaudete et exsultate*, 104).

Oración y evangelización

Dice Francisco que «la oración y la caridad son el alma de la misión, que nos urge a compartir la alegría del Evangelio, el tesoro del encuentro con Cristo» (*Mi alma tiene sed de*

Dios, 32). Un gran desafío para la Iglesia como comunidad y para cada cristiano personalmente es conseguir la íntima unión entre oración, caridad y evangelización.

Si no hay oración verdadera sin caridad, tampoco hay auténtica evangelización que no fluya de la oración y del amor. La vida verdadera de oración, lleva a la práctica de la caridad, y hoy la vida de caridad es la antesala primordial del «primer anuncio de la fe». Muchos se preguntarán sobre Dios, al ver la vida de caridad de los cristianos. Y a su vez, la vida de caridad de los cristianos será evangelizadora si brota de una cálida relación filial con Dios Padre en la oración.

Oración, caridad y evangelización, es un trípode que mutuamente se exigen y se sostienen.

3. Amén

La oración del Padrenuestro, la concluimos con un rotundo Amén. Incluso enfatizamos la voz, con energía. También, cuando vamos a comulgar, el sacerdote proclama: «Cuerpo de Cristo», y el comulgante afirma como un acto de amor: «Amén».

Amén es una palabra de origen hebreo, que significa «sentirse firme, seguro». Cuando cerramos nuestra oración con esta palabra, cuando decimos Amén, nos sentimos seguros en la protección que Dios nos regala: nos sentimos en sus manos, reconocemos su amor, su verdad, su santidad, su misericordia y su fuerza. Con él, nos sentimos como un niño en los brazos de su padre. Y sabemos que lo que le pedimos, si es para nuestro bien, nos lo concederá.

En cada Amén, reafirmamos nuestra condición de hijos, pasamos de nuestras fuerzas al poder de Dios, de nuestras seguridades a la protección del Padre.

Cada Amén, la última palabra de la oración dominical nos remite a la primera palabra: Padre: sólo podemos decir la última palabra si hemos confesado con verdad la primera. Solo podemos decir Amén, si hemos invocado a Dios como Padrenuestro.

Conclusión

El amor al hermano brota del amor de Dios. La caridad fraterna acredita la calidad de nuestra oración. Las últimas peticiones del Padrenuestro miran a la fraternidad: pedimos el pan, el perdón, la fuerza en la tentación y la liberación del Maligno. Pero lo hacemos en plural, deseando construir una fraternidad como fruto de sentirnos hijos del mismo Padre. Amén, es una profesión de confianza en el amor del Padre.

V. «LO CONSERVABA TODO, MEDITÁNDOLO EN SU CORAZÓN».

María, maestra de oración

MARÍA ES MAESTRA EXPERIMENTADA DE ORACIÓN. Ella, que tan de cerca ha vivido el Misterio de Cristo, haciéndolo carne de su carne y contemplándolo en su corazón, se ofrece como Maestra de los misterios de su Hijo. San Juan Pablo II, nos decía: «La contemplación de Cristo tiene en María su modelo insuperable. El rostro del Hijo le pertenece de un modo especial. Ha sido en su vientre donde se ha formado, tomando también de ella una semejanza humana que evoca una intimidad espiritual ciertamente más grande aún. Nadie se ha dedicado con la asiduidad de María a la contemplación del rostro de Cristo. (...) María propone continuamente a los creyentes los misterios de su Hijo, con el deseo de que sean contemplados, para que puedan derramar toda su fuerza salvadora...» (NMI, 10-11).

María nos enseña que nuestra oración sea una «oración trinitaria»: dirigida al Padre, por medio de Jesucristo, bajo la luz del Espíritu Santo.

1. Orar como hijos: «Que te conozcan a ti Padre, el único Dios verdadero»

Este es el anhelo que expresa Jesús en el momento solemne de su despedida, cuando abriendo su corazón a la confidencia con sus discípulos exclama: «Esta es la vida eterna, que te conozcan a ti Padre, el único Dios verdadero y al que Tú has enviado, Jesucristo» (Jn 17,3). Jesús pide al Espíritu que nos revele la grandeza de Dios Padre.

Conocer al Padre es el primer desafío para el creyente. Aceptar a Dios como Padre es «la originalidad fundamental» del cristianismo. Cuando nos dirigimos a Dios llamándole Padre, siguiendo la recomendación de Jesús, estamos acortando las distancias del trato y ofreciendo a Dios la respuesta de nuestra fe: «Porque Tú, Padre, nos has adoptado como hijos, gracias a la intercesión y súplica de tu único y predilecto Hijo Jesucristo, yo confieso: ¡Creo en Dios Padre!».

La primera experiencia humana nos une a nuestros padres, formulando las primeras palabras: papá, mamá. La primera experiencia creyente para un cristiano va, también, unida a estas palabras: conocer a Dios es poderle llamar Padre, con todo el atrevimiento y con todas sus consecuencias. Llamar a alguien padre es situar el conocimiento en el ámbito del amor. Y si el conocimiento lleva al amor, el amor exige llegar a un mayor conocimiento.

¿Quién es este Dios a quien podemos llamar Padre y que nos reclama, por amor, que seamos buenos hijos suyos?

Dios, «Padre de misericordia»

La cualidad central del Dios de la Biblia es la misericordia. Una misericordia que se muestra, a la vez, como ternura y como fidelidad. La ternura recoge el aspecto «más maternal de Dios»: es un movimiento espontáneo de su corazón que no puede desentenderse de la obra de sus manos. La fidelidad es el «aspecto paternal»: la misericordia de Dios es una benevolencia consciente y voluntaria por la que Dios asume y acepta los vínculos que le unen con sus hijos. Se

expresa en un deseo inquebrantable de no fallar, de cumplir tenazmente su promesa de salvación de todos los hombres. Así lo expresa el profeta: «Aunque los montes cambien de lugar y se desmoronen las colinas no cambiará mi amor por ti ni se desmoronará mi alianza de paz, dice el Señor, que está enamorado de ti» (Is 54,10).

Jesús nos habla de esta misericordia de su Padre Dios; misericordia que alcanza especialmente a los humildes y pecadores. Así nos lo describe en una de las parábolas más hermosas del Evangelio: la del «hijo pródigo» (Cf. Lc 15,11-32). Parábola a la que Benedicto XVI designa como la del «padre bueno», resaltando que «lo esencial del texto es, sin duda la figura del Padre, en la que Dios nos muestra que tiene un corazón, y ese corazón se revuelve, por así decirlo, contra sí mismo... el corazón de Dios transforma la ira y cambia el castigo por el perdón» (Cf. Benedicto XVI, *Jesús de Nazaret*, 243-252). San Juan Pablo II, en su Carta Encíclica dedicada a la figura del Padre afirma, en una exégesis original y penetrante, que el padre de la parábola, lejos de humillar al hijo que vuelve a casa, le devuelve la «dignidad de hijo» que había perdido: «este hijo mío había muerto y ha vuelto a la vida, se había perdido y lo hemos encontrado (Lc 15,24)» (Cf. *Dives in misericordia*, nn. 5-6).

El mensaje central de la predicación de Jesús es la llamada a una auténtica conversión, a volver a la casa del Padre. Estas dos grandes verdades se convierten en el eje del mensaje evangelizador de todos los tiempos: ¡Dios te ama como un Padre, Dios quiere salvarte!

Seamos, pues, conscientes de que el motivo que desencadena la auténtica conversión no es nuestro deseo de «ser buenos», sino haber experimentado la «misericordia de Dios», recordar la casa paterna y querer volver junto al Padre para revestirme de nuevo con la dignidad de hijo.

María nos invita a vivir en la presencia del Padre y «orar como hijos»

Fiel a su proyecto, y como signo de la mayor misericordia, Dios se propone salvar definitivamente al hombre. Dios quiere salvar al hombre desde dentro, desde lo mejor de sí mismo: preparó a una mujer, María de Nazaret, para que fuera la madre de su Hijo. Dios le hace la propuesta y recibe el sí más rotundo de la historia: «Concebirás y darás a luz un hijo, al que pondrás por nombre Jesús. Será grande, será llamado Hijo del Altísimo... su reino no tendrá fin» (Lc 1, 31-33). Ante lo incomprensible a la razón, responde el corazón más generoso: «Aquí está la esclava del Señor, hágase en mí según tu palabra» (Lc 1,38).

En María, Dios se acerca amorosamente a la criatura humana. Dios dice en María «sí al hombre», a pesar de toda la historia de infidelidad de éste. Y María es, también, el triunfo del amor humano, un amor libre de todo egoísmo: María es el «sí total y definitivo de la criatura a su Creador»; ella es la criatura radicalmente abierta a la voluntad de Dios.

María responde con una oración de confianza, oración de hija: «Hágase en mí, según tu palabra». Como hija predilecta del Padre, dócil al Espíritu, al mostrarnos a su Hijo, nos enseña la verdad que abre nuestra fe: «Creo en Dios Padre, todopoderoso». Como maestra, nos enseña a orar como hijos: ¡No somos huérfanos que vagamos errantes por el mundo hasta el precipicio de la muerte; sino hijos y peregrinos de la vida en pos de una meta: un abrazo de amor definitivo de Dios Padre que nos lleva a la eternidad! Orar al Padre «alienta nuestra esperanza».

2. Orar como discípulos: «Jesucristo es el mismo ayer y hoy y siempre»

El hombre moderno se ha acostumbrado a ser siempre protagonista, mirándose en el espejo de sus propias obras; le cuesta ser contemplativo y admirar la obra de Dios. Contemplar supone dirigir la mirada hacia otro, salir de sí con generosidad y premura para encontrarte en el otro con agradecimiento y gratitud. La fe es una llamada a no ser espectadores complacientes de nuestra propia historia sino a contemplar la historia de la acción de Dios que sale a nuestro encuentro. La contemplación es la cumbre de la oración, es la actitud mística por excelencia a la que todos estamos llamados. Y digno de contemplación sólo es Dios y aquello en lo que se refleja su grandeza: la entrega de su Hijo Jesucristo para la salvación del mundo.

La Iglesia cree y proclama que la clave, el centro y el fin de la historia humana se encuentran en Jesucristo (Cf. GS 10). Él es, «ayer, hoy y siempre» (Heb 13, 8), el centro de nuestra fe, el contenido fundamental de nuestra vida cristiana. Él es uno de los nuestros, pertenece a nuestro mundo y a nuestra historia; pero en Él hay algo más que trasciende su persona, más allá del tiempo y del espacio: el Hijo de María y de José, el carpintero, como le conocían en Nazaret (Cf. Mt 13, 55-56; Mc 6, 2-3), es «la Palabra de Dios que se hizo carne y acampó entre nosotros» (Jn 1, 1-14). Jesús, por su encarnación y nacimiento, pertenece a nuestra historia. Pero, por su Resurrección de entre los muertos, Dios lo ha constituido Señor del universo y lo ha hecho Salvador de todos. No se aferró a su categoría de Dios y se abajó hasta la muerte, y Dios lo encumbró sobre todo y le constituyó Señor (Cf. Fil 2, 5-11).

El «sí» de María nos acerca al Salvador del mundo

¿Cómo se introdujo el Hijo de Dios en la realidad humana? El ángel de Dios anuncia a María de Nazaret que ha sido escogida para ser la madre del Mesías esperado y anunciado por los profetas. María responde con un «sí» incondicional y el Hijo de Dios se hace hombre como nosotros. Esta es una certeza maravillosa. Llena de gozo al creyente y conmueve al que no cree.

Dice el Concilio: «El Hijo de Dios, con su Encarnación se ha unido, en cierto modo, con todo hombre. Trabajó con manos de hombre, pensó con inteligencia de hombre, obró con voluntad de hombre, amó con corazón de hombre. Nacido de la Virgen María, se hizo verdaderamente uno de nosotros, en todo semejante a nosotros excepto en el pecado» (GS, 22).

Desde la Encarnación de Jesucristo la causa del hombre, de cualquier hombre, especialmente los más pobres, es la causa de Dios: así, las manos que se abren a los necesitados para responder a sus urgencias más primarias, son manos que se abren a Dios; el corazón que ama al más desvalido, es el corazón de Cristo; y negar el pan, el vestido, el agua, la compañía, la libertad a un hermano nuestro es negarlo también a Dios.

El Concilio Vaticano II se refiere a este amor solidario como criterio orientador de la presencia y de la actuación de la Iglesia en el mundo: «Los gozos y las esperanzas, las tristezas y las angustias de los hombres de nuestro tiempo, sobre todo de los pobres y de cuantos sufren, son a la vez gozos y esperanzas, tristezas y angustias de los discípulos de Cristo. Nada hay verdaderamente humano que no encuentre eco en su corazón (...) La Iglesia, por ello, se siente íntima y realmente solidaria del género humano y de su historia» (GS, 1).

Condiscípulos de María, la «primera discípula» de su Hijo

A la pregunta que planteábamos al principio ¿quién es Jesús?, sólo podemos responder desde la experiencia: sólo quien ha estado con Él, quien se ha hecho su discípulo, quien ha gustado de su amistad y de su doctrina, quien le ha descubierto como Señor, Maestro y Amigo, puede gritar como Pedro: «¡Tú eres el Hijo de Dios!» (Mt 16,16).

Al iniciar su vida pública, Jesús se rodea de un grupo de discípulos: los llama por su nombre para que sean sus compañeros. Entre los llamados, María. Así nos lo relata san Juan Pablo II: «Por medio de la fe, María seguía oyendo y meditando aquella palabra primera que le fue anunciada por el ángel. La Madre del Señor va saboreando la doctrina de su Hijo y la Madre se convierte en discípula. María Madre se convertía así, en cierto sentido, en *la primera discípula* de su Hijo, la primera a la que parecía decirle Jesús ¡sigueme!, antes, incluso, de dirigir esa llamada a los apóstoles o a cualquier otra persona» (*Redemptoris Mater*, n. 20).

María, maestra del Evangelio de su Hijo, nos enseña que antes que nada estamos llamados a ser discípulos. Jesús sigue llamando al hombre de hoy a «estar con Él», a conocerle, a amarle... y a seguirle. María nos enseña que nuestra oración es una oración de discípulos. Mirar a Jesucristo con los ojos de María, orar como discípulos «fortalece nuestra fe».

3. Orar como apóstoles: El Espíritu Santo, «Señor y dador de vida»

Decimos en el Credo: «Creo en el Espíritu Santo, señor y dador de vida». El Espíritu derrama en cada uno de nosotros el espíritu filial. La misión del Espíritu es dar vida... unir a todos los hijos de adopción a Jesucristo el Señor y hacerles vivir en Él. Es Espíritu es el motor de la vida espiritual de los cristianos, una vida que se prolonga hasta la eternidad.

En la escena de la Anunciación (cf. Lc 1, 26-38), Cuando María muestra su extrañeza ante los planes de Dios: «Cómo será eso, pues no conozco varón»; y el ángel le responde: «El Espíritu Santo vendrá sobre ti, y la fuerza del Altísimo te cubrirá con su sombra; por eso el santo que va a nacer será llamado Hijo de Dios». María responderá con el mayor acto de fe: «Hágase en mí, según tu palabra». Esta frase, es «una auténtica declaración de amor», que marca la historia de María: su sí no es un acto de servilismo sino la expresión una libertad entregada por amor. Por ello, insistirá con otra frase rotunda: «¡He aquí la esclava del Señor!». Ella dice un «sí» rotundo al Espíritu, y nos abre, con su Hijo, la esperanza de la salvación. María se nos manifiesta como esposa y madre, que vive su vida bajo la sombra, la mirada llena de amor del Espíritu Santo. Nos dice sencillez el relato evangélico: «María por su parte, guardaba todos estos recuerdos y los meditaba en su corazón» (Lc 2,19).

El Espíritu alienta en la Iglesia la «nueva evangelización»

Como señala san Juan Pablo II, en su encíclica sobre el Espíritu Santo: «La era de la Iglesia empezó con la venida, es decir, con la bajada del Espíritu Santo sobre los apóstoles reunidos en el Cenáculo de Jerusalén junto con María, la Madre del Señor (Cf. Hech 1,14)» (*Dominum et vivificantem*, 25). La Iglesia vive para evangelizar, para anunciar la buena noticia del amor de Dios a los hombres. El Espíritu Santo es el alma de la Iglesia y el motor de la

evangelización. Para que la Iglesia mantenga vivo el ardor misionero necesita una decidida confianza en el Espíritu Santo, porque Él «viene en ayuda de nuestra debilidad» (Rom 8,26). Pero esa confianza generosa tiene que alimentarse y para eso necesitamos orar constantemente.

La Virgen María es en la Iglesia el signo viviente de la fidelidad al Espíritu. Ella, dócil al Espíritu también alienta el ardor misionero de la Iglesia. Como indica Francisco: «Con el Espíritu Santo, en medio del pueblo siempre está María. Ella reunía a los discípulos para invocarlo (Hch 1,14), y así hizo posible la explosión misionera que se produjo en Pentecostés. Ella es la Madre de la Iglesia evangelizadora y sin ella no terminamos de comprender el espíritu de la nueva evangelización» (*Evangelii gaudium*, 284).

El Concilio Vaticano II puso de relieve la íntima relación de María y la Iglesia, incluyendo en la constitución sobre la Iglesia, *Lumen gentium*, un capítulo octavo dedicado a la Virgen. Este capítulo es un hermoso tratado de Mariología.

El Espíritu nos impulsa a entonar nuestro propio Magnificat

Cuando María recibió la Buena Noticia que sería la Madre del Mesías Salvador, corre a comunicarlo a su prima y confidente, Isabel. Las dos mujeres se saludan e intercambian alabanzas. Isabel alaba a María: «Bendita tú que has creído» (Lc 1,45). Pero María levanta su mirada al cielo, y llena del Espíritu Santo, nos regala el *Magnificat*, canto que recoge las grandezas de Dios en su vida: en ella han llegado a cumplimiento las promesas de Dios, anunciadas desde antiguo, y garantizadas a Abrahán y a sus descendientes para siempre.

Ante las circunstancias de nuestra vida, ante las dificultades de vivir la fe en medio de un mundo que oculta a Dios y que vive como si Dios no existiera, a veces, también nosotros, cuestionamos la posibilidad de la salvación: «¿Y... cómo será esto?». Hay que escuchar al Espíritu, como María. El diálogo con el Espíritu nos impulsa a dejarnos cubrir por su sombra, a recibir sus dones y a gozar de sus frutos, que, hoy como siempre, se nos manifiestan en muchos signos de vida dentro de nuestra Iglesia. También estamos nosotros convocados a cantar nuestro propio *Magnificat*: desde nuestro Bautismo, en nuestra vida hay muchas bellas páginas escritas desde el amor de Dios y bajo la luz del Espíritu.

María en su *Magnificat*, nos enseña a practicar una oración misionera, que comunica la Buena Noticia de la salvación a nuestro mundo. Esta es «la gran caridad» de hoy: decirle a todos que Dios es Padre, que nos ha amado hasta el extremo en su Hijo, que nos conduce con su Espíritu hacia una civilización del amor. Invocar al Espíritu, como María, «aviva la caridad».

Conclusión

La oración cristiana es siempre una «oración trinitaria»: dirigida al Padre, por Jesucristo, a la luz de la fuerza del Espíritu Santo. La oración cristiana es una hermosa expresión de la «vida teologal»: vida de fe, esperanza y caridad; las virtudes, pura gracia, que nos unen íntimamente a Dios y posibilitan que tratemos de amistad con él.

«MIRA, ESTOY A LA PUERTA Y LLAMO. Si alguien escucha mi voz y abre la puerta, entraré en su casa y cenaré con él y él conmigo» (Ap 3,20). Este versículo no es un verso abstracto sino que pertenece a esos versos germinales que son capaces de desencadenar por sí mismos toda una secuencia narrativa. Hay dos personajes reales, hay una escena real. Estos dos personajes son el Señor y un discípulo que no se sabe su nombre, «alguien». Se instaura un espacio elemental: un exterior y un interior, y una puerta - en medio- que separa dos recintos y también dos voluntades: la del Señor que quiere entrar y la del discípulo al que corresponde abrir la puerta. El resultado es una cena entre personas -se refuerzan los pronombres: yo con él y él conmigo- abierta a la comunicación íntima, sosegada, como se desprende de estas imágenes en la literatura bíblica. Señalemos algunas sugerencias del texto:

- El Señor «está a la puerta», de pie, vigilante, paciente y «cubierto de rocío» dirá nuestro clásico.

- «Llama», o lo que es lo mismo, estimula una respuesta de confianza, se quiere dejar conocer por la voz.

- «Abrir la puerta» a alguien significa darle plena acogida.

- Y se asegura «una cena compartida», que es de noche, con las reminiscencias afectivas que conlleva.

Si decíamos al principio de estas reflexiones que para orar hay que poner una «mesa camilla», con las patas «del tiempo, el silencio, la soledad y la pobreza», por qué no definir la oración como «ponerme a cenar en la intimidad con Dios». Somos cuatro los comensales: Dios Padre, Hijo y Espíritu que dialogan conmigo.

Decía un filósofo, al ser invitado a cenar y cuando se le preguntaba sobre sus preferencias sobre el menú: «no me importa que voy a comer sino con quién». En la cena propuesta sabemos que es Dios quien cena con nosotros. Y también sabemos el manjar: su Palabra y el Pan de la Eucaristía.