

# El Servidor

Boletín mensual para los Servidores de la Renovación en el Espíritu Santo de Cuba

## 1. ¿Qué es la Oración?

En la vida necesitamos interrumpir el ritmo, tomar distancia, hacer un paréntesis y entrar en oración aunque todo lo que hagamos *“sea de palabra, sea de obra, lo hagamos en el nombre del Señor”*.

Son palabras de los Obispos cubanos que nos hacen ver que la oración es una necesidad para el cristiano.

### ¿Qué es la Oración?

Una definición muy completa de lo que es la oración es la que nos da Santa Teresa de Jesús y que todo buen cristiano debería saber-

*“Que no otra cosa es oración que tratar de amistad, estando muchas veces a solas con aquel que sabemos nos ama”*

se de memoria:

Tenemos una seguridad que nos basta: que el Señor nos quiere con un amor inmenso y que podemos tratar con El de corazón a corazón, como un amigo con su amigo, como un hijo con su padre.

### Es una experiencia

Orar es tener un encuentro con alguien, con Dios. Es experimen-



tar a Dios muy cerca de nosotros como alguien que nos conoce muy bien y que nos quiere entrañablemente.

Por tanto, la oración es una **EXPERIENCIA DE DIOS** vivida con toda nuestra persona.

Cuando oramos lo hacemos con nuestra mente, con nuestro cuerpo y con nuestro espíritu.

Esta experiencia exige de nosotros:

a. Una **FE VIVA** de que Dios esta ahí y se me quiere comunicar.

b. **CREER QUE ES POSIBLE** la comunicación, ya que el hombre creado a *“imagen y semejanza de Dios”* tiene en sí mismo la necesidad y la posibilidad del encuentro con Dios, porque Jesús, Dios y hombre

verdadero oraba y nos enseñó a orar y por la experiencia vivida por muchas personas. Ej: San Francisco de Asís, Sta. Teresa de Jesús, etc.

c. Estar convencidos de que es **LA COMUNICACION**. No es una comunicación cualquiera.

Tenemos que estar convencidos que el contacto con la persona de Dios, es mi salud intelectual, moral, física, afectiva y social. Es decir, mi auténtica salud, que es la plena liberación.

### Silencio

No podremos ponernos directamente en la presencia de Dios sin obligarnos al silencio interior y exterior.

Por eso debemos habituarnos al silencio del espíritu, de los ojos, de la lengua. “Dios es el amigo del silencio. Necesitamos encontrar a Dios, pero no podemos encontrarlo ni en el ruido ni en la agitación” (Madre Teresa de Calcuta).

Es en el silencio que podemos escuchar a Dios que nos habla.

Muchas personas cuando van a orar comienzan a decirle a Dios todo lo que necesitan, lo que desean para sí y para los otros y después de un rato así, se levantan, dan media vuelta y

terminan la oración. Si la oración debe ser un diálogo entre Dios y nosotros, ¿dónde está la escucha? Las personas que proceden así reducen la oración a un monólogo perdiéndose lo mejor de esta: la Palabra que Dios nos quiere decir.

Madre Teresa de Calcuta lo explica así: "...no es lo esencial lo que nosotros decimos sino lo que Dios nos dice y dice a través de nosotros".

### **Sencillez**

Fue Jesús mismo quien dijo: "*Yo te alabo Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has escondido estas cosas a los sabios y prudentes y se las has revelado a los pequeños*" (Mt. 11 ,25).

### **El lugar**

Para orar se requiere un lugar tranquilo silencioso en el que no sea fácil que nos interrumpan.

1. Que tenga una ventilación conveniente, sin provocar corrientes de aire peligrosas para la salud.

2. La luz debe ser moderada, más bien suave, a menos que se vaya a leer algo.

3. El local no debe ser excesivamente frío ni caliente, pues ambas circunstancias impiden una buena concentración.

4. También la persona debe cuidar del suficiente abrigo corporal; lo necesario para sentirse bien y podamos despreocuparnos de la temperatura. Durante el tiempo de oración generalmente se produce una baja de temperatura.

\* \* \*

5. Es preferible que los papeles y otros objetos de trabajo estén fuera de la vista para evitar distracciones.

6. Si es posible, debemos tener un lugar fijo para hacer oración. Puede ser en un cuarto de la casa, o en un rincón que tenga las condiciones necesarias, o en el templo.

### **Tiempo**

Este es el gran problema para muchas personas. Están siempre tan cargadas de actividades que siempre exclaman ¡No tengo tiempo! A pesar de lo agitado de la vida actual siempre se puede organizar mejor nuestras actividades suprimiendo algo de lo que no sea indispensable para darle al Señor ese tiempo. Por ejemplo, una persona que decía no tener tiempo para orar pasaba largas horas frente al televisor viendo muchas veces programas que en vez de ayudarla le hacían perder su vida miserablemente.

Escoge un momento del día que no interfiera ninguna de tus obligaciones habituales y tú mismo estés tranquilo, sin apuros. Las mejores horas suelen ser las del amanecer o en el silencio de la noche.

Para una concentración más profunda se requiere que el estómago esté vacío. En todo caso los ratos inmediatos a las comidas son pesados.

En los comienzos es preciso un mínimo de 20 minutos. No pretendamos abarcar mucho desde el principio, pero sí seamos generosos al entregarle nuestro tiempo al Señor.

- No es otra cosa oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama (SANTA TERESA, Vida, 8, 2).

- La oración es la elevación del alma hacia Dios y la petición de lo que se necesita de Dios. (SAN PEDRO DAMIAN, en Catena Aurea, vol. III, p. 304)

- La oración es la elevación de nuestro corazón a Dios, una dulce conversación entre la criatura y su Criador. (SANTO CURA DE ARS, Sermón sobre la oración)

- La adoración es el acto por el que uno se dirige a Dios con ánimo de alabarle (ORIGENES, Trat. sobre la oración, 14).

- La oración es el acto propio de la criatura racional. (SANTO TOMÁS, Suma Teológica, 2-2, q. 83, a. 10).

- La oración es el reconocimiento de nuestros límites y de nuestra dependencia: venimos de Dios, somos de Dios y retornamos a Dios. Por tanto, no podemos menos de abandonarnos a El, nuestro Creador y Señor, con plena y total confianza [...]. La oración es, ante todo, un acto de inteligencia, un sentimiento de humildad y reconocimiento, una actitud de confianza y de abandono en Aquel que nos ha dado la vida por amor. La oración es un diálogo misterioso, pero real, con Dios, un diálogo de confianza y amor. (JUAN PABLO II, Alloc.14-III-1979)