

## **20250727. XVII Domingo del Tiempo Ordinario. Señor, enséñanos a orar.**

Jesús oraba constantemente. San Lucas nos cuenta que cuando Jesús fue bautizado, los cielos se abrieron mientras oraba. Jesús oró antes de elegir a los doce apóstoles y antes de preguntarles quién decían que era. Oraba regularmente en las sinagogas y en el Templo. Oró antes de la predicción de su Pasión y durante la Transfiguración. Jesús oró en la Última Cena, en Getsemaní y en la cruz.

Jesús oraba durante largos periodos, a veces pasando la noche entera en oración. Los Evangelios rara vez describen en qué consistía su oración, diciéndonos simplemente que oraba muy a menudo. Una cosa es clara: los apóstoles quedaron tan conmovidos por la constancia y la profundidad de su oración que le pidieron: «Señor, enséñanos a orar».

Jesús respondió con lo que ahora se llama el Padrenuestro. Se llama "el Padrenuestro" porque Jesús, nuestro Señor y ejemplo de oración, es su autor. Es tan perfecto que san Agustín afirma que si alguien examinara todas las oraciones de las Escrituras, no encontraría nada que no estuviera incluido en el Padrenuestro.

¿Qué es la oración? Consideremos que la oración no es una actividad, sino una forma de ser y existir: una forma de entregarse en forma de amor. El amor es intimidad, la intimidad es comunicación, y la comunicación con Dios es oración. Los amantes, por ejemplo, se expresan sus palabras, gestos y sentimientos; de hecho, una de las principales causas de ruptura en una relación amorosa es la falta de comunicación.

La oración involucra todo nuestro ser: cuerpo, alma y emociones. Esa es una de las razones por las que a los católicos a veces se nos critica; para alguien ajeno a la oración, parece que nos ponemos de pie, nos sentamos, nos inclinamos, nos reclinamos y hacemos señas. Pero en realidad, lo que hacemos es adorar y orar con todo nuestro ser, es decir, con todo nuestro cuerpo y alma. Dios se nos revela; a través de la oración, nos revelamos a Dios. La oración es, en cierto modo, nuestra preparación para el cielo.

La oración requiere fe, esperanza y caridad; todos lo entendemos de alguna manera, pero lo que más requiere es humildad; también requiere sacrificio. La forma de medir el amor por alguien o algo es evaluar el tiempo que estamos dispuestos a dedicarle .

A menudo nos preguntamos: "¿Cuánto tiempo al día debemos dedicar a la oración?". No hay una respuesta correcta, pero San Pablo, en su carta a los Efesios, nos dice: Oren siempre. Podríamos decir que orar todo el tiempo es prácticamente imposible, sobre todo si pensamos que orar requiere estar sentado en un banco de la capilla. Sin embargo, como mencionamos antes, debemos hacer de la oración una parte integral de nuestro ser.

Podemos, por ejemplo, orar mientras trabajamos; mientras realizamos nuestras tareas diarias, podemos, por supuesto, ofrecer nuestros sufrimientos como ofrenda de oración. Además de la Misa y la Adoración, estos son algunos de los mejores momentos para orar: 1) al despertarnos por la mañana, 2) antes de comer, 3) al recibir los sacramentos o una bendición, y 4) antes de acostarnos. No debemos olvidar la importancia de orar antes de tomar una decisión difícil; eso es lo que hizo el mismo Jesús.

La Iglesia nos enseña que hay dos tipos de oración: individual y pública; ambas son necesarias. Nos instruye a orar individual o privadamente; la oración vocal o hablada es una buena manera de comenzar. Las oraciones habladas son las que aprendemos en casa, como el Padrenuestro, el Avemaría y el Gloria.

La segunda forma de oración privada es la meditación. No la meditación yóguica; eso es otra cosa y no a lo que me refiero. En el yoga, la mayoría de las veces te sitúas a ti mismo en el centro. La meditación cristiana pone a Jesús en el centro. La forma más común de meditación cristiana son nuestras devociones, como el rosario y la coronilla de la Divina Misericordia.

Y la tercera y más elevada forma de oración privada es la contemplación. Existen varias tradiciones sobre la contemplación, pero esencialmente implica concentrarse en Dios y abstenerse de pronunciar una sola palabra. Dios nos susurra al oído, pero si no dejamos de hablar, no podemos oírlo.

Ahora, hablemos de la oración pública. La forma perfecta de oración pública es la Santa Misa. Es el sacrificio de Dios Hijo, ofrecido a Dios Padre, por el poder de Dios Espíritu Santo. Sí, por el poder del Espíritu Santo, Cristo se ofrece completamente al Padre, pero lo interesante es que nos invita y nos lleva consigo; redimidos, no quebrantados. Algunos describen la Misa como «Dios ofreciendo a Dios a Dios», y por eso la Misa, a diferencia de la oración privada, es la oración perfecta. Por eso todos necesitamos venir y participar en la Misa.

A veces nos distraemos durante la oración privada, así como durante la oración litúrgica o la misa. Algunos argumentan que asistir a misa y distraerse es una pérdida de tiempo y una falta de respeto, y prefieren no participar. Asistir a misa, aunque te distraigas, nunca será una pérdida de tiempo. El simple hecho de esforzarse por asistir a misa se considera un acto de oración. Lo mismo ocurre con la adoración; el simple hecho de estar aquí significa que has hecho un esfuerzo, y eso cuenta. Y recuerda, tu parte del trabajo es llegar aquí; una vez aquí, es el Señor quien hace todo el trabajo en ti.

A veces no queremos ir a misa, y algunos dicen: «Si no tengo ganas de ir, prefiero no ir». Reitero que la oración es un acto de amor, y el amor es un acto intencional. A veces tenemos que hacer cosas por amor, aunque no queramos. Así que, aunque no queramos ir a misa, y sí queramos, podemos ofrecer ese sacrificio de amor a Dios, y Él lo tendrá en cuenta.

A veces nos frustramos porque pensamos que Dios no responde a nuestras oraciones. Dios siempre está al tanto de nuestras necesidades y siempre responde a nuestras oraciones. A veces dice que sí, y a veces dice "no, todavía no". Pero Dios nunca nos dará una serpiente cuando creemos estar pidiendo un pescado. Dios siempre responde a nuestras oraciones conforme a su plan divino; suele tener algo mejor reservado para nosotros, y a veces ni siquiera lo imaginamos. Es buena idea orar a Dios para que nuestros planes se alineen con los suyos.

¿Alguna vez has oído a alguien decir: «No le rezo a Dios porque Él sabe todo lo que necesito»? No, Dios espera nuestras peticiones, y depende de nosotros hacerlas. El Catecismo de la Iglesia Católica dice que «la dignidad de los hijos de Dios reside en su libre albedrío» (CIC 2736). Dios quiere que lo busquemos por nuestra cuenta, que hagamos nuestra parte. Si Dios nos diera todo lo que necesitamos sin que hiciéramos nada, ¿qué sentido tendría?

En resumen, la oración no es una actividad; es un estilo de vida. Dios está aquí para ayudarnos, pero debemos hacer nuestra parte y pedirle ayuda. Así, en palabras de nuestro Señor:

“...pedid y recibiréis ;  
Buscad y encontraréis ;  
llama y se te abrirá.  
Porque todo aquel que pide, recibe;  
y el que busca, halla;  
y al que llama, se le abrirá.

Génesis 18:20-32, Salmo 138:1-2, 2-3, 6-7, 7-8, Colosenses 2:12-14, Romanos 8:15 a. C., Lucas 11:1-13