

### III. Propuestas para conocer y vivir

#### Reflexión y diálogo

- ¿Cómo define la oración el *Compendio*?
- ¿Cómo oraba Jesucristo?
- ¿Qué papel tiene el Espíritu Santo en la oración cristiana?
- ¿Cuáles son las fuentes de la oración?
- ¿Qué es el combate de la oración?

#### Recordar

- El papel del Espíritu Santo en la oración y las fuentes de la oración.

#### Para orar

Del Apéndice final, rezar el *Magnificat*, el canto de alabanza a Dios de la Virgen María.

«Tomad, Señor, y recibid toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad; todo mi haber y mi poseer. Vos me lo disteis, a Vos, Señor, lo torno. Disponed a toda vuestra voluntad. Dadme vuestro amor y gracia, que esta me basta».

San Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*, 234

#### Conocer más

- Contemplar «El icono de las principales fiestas litúrgicas», que está antes del n. 534, y leer la explicación.
- Leer los números 2697 a 2699 del *Catecismo de la Iglesia Católica*.

#### Llevar a la vida

- Aprender a encontrar regularmente el tiempo para la oración y la meditación del Evangelio.
- Procurar descubrir la acción de Dios en la vida, rezando al principio y al final de la jornada.

# 32

## Cómo orar

*Compendio*, números 534 a 577

### I. Introducción

#### Nuestras preguntas

El hombre, como ser social, se relaciona con sus semejantes y la plenitud en su vida depende en gran medida de las relaciones con sus seres más queridos. Pero si la primera de todas esas relaciones, es decir, la relación con Dios, no es buena, entonces ninguna de las otras podrá ser buena. ¿Cómo relacionarse con Dios? ¿Cómo ponerse en oración? ¿Qué es la oración?

«La prueba de que sois hijos es que Dios ha enviado a nuestros corazones el Espíritu de su Hijo que grita "Abba, Padre"».

*Ga 4, 6*

#### El testimonio de la Iglesia

«No es otra cosa, a mi parecer, oración, sino trato de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama».

*Santa Teresa de Jesús*

#### La Palabra de Dios

«Cuando tú vayas a rezar, entra en tu cuarto, cierra la puerta y reza a tu Padre, que está en lo escondido, y tu Padre, que ve en lo escondido, te recompensará».

*Mt 6, 6*

«Olvido de lo criado, memoria del Criador, atención a lo interior y estarse amando al Amado».

*San Juan de la Cruz*

## II. Exposición de la fe

### 1. La revelación de la oración

El *Compendio* da primero una bella definición de lo que es oración y explica cómo el hombre está llamado a relacionarse con Aquel que le ha dado la vida.

📖 Leer nn. 534 y 535

Después recorre la Historia de la Salvación con ejemplos de la oración de Abraham, de Moisés y de los Profetas. Distingue como expresión de oración los salmos.

📖 Leer nn. 536 a 540

Y explica cómo era la oración de Jesucristo, que es nuestro modelo.

📖 Leer nn. 541 a 545 y 577

Y de la Virgen María.

📖 Leer nn. 546 y 547

Así como la de los primeros cristianos.

📖 Leer n. 548

### 2. La inspiración, las formas y los caminos para rezar

La oración cristiana no es una oración cualquiera. Nace del Espíritu Santo y es guiada por la Tradición de la Iglesia. No cualquier oración es una oración cristiana.

📖 Leer nn. 549 y 557

El Espíritu Santo ha enseñado a la Iglesia a rezar a Dios de diversas formas: bendecirlo, adorarlo, pedirle, agradecerle y alabarlo. El *Compendio* presenta estas formas de oración y cómo todas ellas están contenidas en la Eucaristía.

📖 Leer nn. 550 a 556

El *Compendio* habla de cuatro fuentes por donde nos llega el impulso del Espíritu Santo para orar. Podemos rezar al leer la Biblia, al participar en la Liturgia o al meditar sus textos, movidos por las virtudes teologales, fe, esperanza y caridad, e impulsados por la situación en que nos encontramos.

📖 Leer n. 558

En la Iglesia hay muchos estilos y caminos de oración que tienen que estar unidos a la tradición de la fe apostólica.

📖 Leer n. 559

Los cristianos rezamos siempre a través de Jesucristo, «Por Cristo, con Él y en Él», por la acción del Espíritu Santo.

📖 Leer nn. 560 a 561

En la Virgen María el cristiano encuentra un modelo y un camino para su oración.

📖 Leer n. 562

Los Santos nos enseñan a orar y nos acompañan en la oración.

📖 Leer nn. 563 y 564

### 3. La práctica de la oración

El *Compendio* anima mucho a que se rece en familia. Y habla del lugar y del tiempo adecuados para la oración, mostrándonos que siempre es posible rezar.

📖 Leer nn. 565 a 567 y 576

Hay tres maneras principales de rezar. La oración vocal, la oración mental y la contemplativa. Todas ellas nos acercan íntimamente a Dios.

📖 Leer nn. 568 a 571

Perseverar en la oración es difícil, por cansancio o por falta de fe. Por eso, el *Catecismo* y el *Compendio* hablan de «el combate de la oración». Hay que esforzarse para alcanzar la práctica de la oración y no abandonarla.

📖 Leer nn. 572 a 575