



ORAR EN EL ESPÍRITU Y ORAR SIN CESAR, SEGUN EL NUEVO TESTAMENTO⁹⁴

Si bien en el Nuevo Testamento todos los temas son de la competencia del Espíritu Santo, el nuestro lo es especialísimamente y por un título único: ¿no es acaso el Espíritu el único Maestro de la vida de oración, de quien todos los directores espirituales no son sino instrumentos?

La manera más segura, más simple y más provechosa de tratar este tema consistirá pues, en abrevarse en el “río de agua viva” (*Ap* 22,1) que corre a través de los libros inspirados, y luego en los múltiples “canales” que, brotando de él, se distribuyen por la Iglesia “alegando la ciudad de Dios” (*Sal* 46,5), es decir, en toda esa “exégesis” viva (explicitación) que ofrecer y la Liturgia, y también la vida y los escritos de los Padres de la Iglesia y de los Santos. Estos últimos constituyen “la magna historia de la interpretación del Evangelio, más auténtica y más convincente que toda la exégesis”⁹⁵.

Pediremos, pues, al Señor que él mismo nos instruya, por su Espíritu, en lo tocante a la oración: “¡Señor, enséñanos a orar!” (*Lc* 11,1). No dejará de enseñarlo a los pequeñuelos, que con el apóstol san Pablo se reconocen incapaces de orar como conviene (cf. *Rm* 8,26). “En una época de intelectualismo desmesurado, los cristianos deberían, más que nunca, comprender y experimentar 'el estremecimiento de gozo bajo la acción del Espíritu Santo' del Señor, al constatar que las cosas de Dios son reveladas a los pequeños, mientras permanecen escondidas a los sabios y prudentes” (*Lc* 10,21; cf. *Mt* 11,25)⁹⁶.

I. ORAR EN EL ESPÍRITU

Ante todo, escuchemos “la sana doctrina” (*1 Tm* 1,10; *2 Tm* 4,3; *Tt* 1,9; 2,1), “las palabras sanas” (*1 Tm* 6,3; *2 Tm* 1,13; *Tt* 2,8) contenidas en los escritos del Nuevo Testamento, y especialmente en dos pasajes bien conocidos: la enseñanza de Cristo sobre “la adoración en Espíritu y en Verdad” (*Jn* 4,21 ss.) y el de san Pablo sobre el papel del Espíritu Santo que “acude en ayuda de nuestra flaqueza e intercede por nosotros” (*Rm* 8,26).

A. “ADORAR EN ESPÍRITU Y EN VERDAD”

1. El texto evangélico

Junto al pozo de Jacob, reconociendo en el viajero sediento a un profeta, a “un hombre de Dios”, la Samaritana pregunta a Cristo en qué lugar debe Dios ser adorado: “Nuestros padres adoraron en este monte, y vosotros decís que en Jerusalén es donde se debe adorar” (*Jn* 4,20).

¿Se trata de una hábil maniobra para escabullirse? ¿Quiere la mujer evadirse de la situación humillante en que se encuentra frente al hombre de Dios que le acababa de revelar su pasado y su poco glorioso presente? En tal caso, Jesús no habría dejado de hacer volver a su interlocutora nuevamente al tema. Ella propuso una pregunta esencialmente religiosa, y recibe una respuesta esencialmente religiosa, e infinitamente más profunda de lo que hubiera podido esperar.

⁹⁴ Tomado de: *La Maison-Dieu*. Tradujo: Hna. Paula Debussy, osb. Abadía Santa Escolástica. La traducción de las citas de la Escritura fueron tomadas de la traducción española de la *Biblia de Jerusalén*.

⁹⁵ Hans Urs von BALTHASAR, *Klarstellungen. Zur Prüfung der Geister*, Freiburg i. Br., 1971, p. 79.

⁹⁶ P. R. REGAMEY, *La voix de Dieu dans les voix du temps*, Paris, 1971, p. 149, n. 13.

“Jesús le dice: ‘Créeme, mujer, que llega la hora en que ni en este monte ni en Jerusalén adoraréis al Padre’ (v. 21). La respuesta de Jesús es solemne y grave: marca un viraje decisivo en la historia, un cambio radical en la vida religiosa, no sólo en Israel sino en el mundo entero”⁹⁷.

La mujer había dicho: “Nuestros padres”; a esos padres, Jesús opone “el Padre”, su Padre celestial, el único que merece tan dulce nombre (cf. *Mt* 23,9). *Tam Pater nemo*, dice Tertuliano⁹⁸ *tam pius nemo*: “Nadie es tan Padre como él, nadie tan tierno como él”. Dios es “Padre”: tal es la gran revelación que el Hijo único nos ha traído. “Padre, he manifestado tu nombre a los que me has dado...” (*Jn* 17,6; cf. 17,26). Dios es el Padre de nuestro Señor Jesucristo. Pero esta revelación no se limita a una instrucción, a una iluminación; ella es, al mismo tiempo, para los creyentes, una introducción en la gloria y la intimidad del Padre (cf. *Jn* 14,2 ss.; 17,24).

En el v. 23, continúa Jesús el pensamiento del v. 21, con palabra magistral de la que se puede decir *Puteus altus est*, “el pozo es hondo” (v. 11): “Llega la hora –ya estamos en ella– en que los adoradores verdaderos adorarán al Padre en Espíritu y en Verdad” (v. 23 a).

“La hora”, “la plenitud de los tiempos” (*Ga* 4,4) está por llegar; en realidad, ya ha comenzado, ya ha llegado. Con la llegada del Mesías ha llegado el vuelco decisivo de la historia de la salvación⁹⁹. Ha llegado la hora porque Jesús ha inaugurado su Obra; todavía no ha llegado porque Jesús no ha sido aún glorificado¹⁰⁰.

“Los verdaderos adoradores” son los únicos que merecen ser llamados “adoradores”. San Juan tiene por el adjetivo *alethinós* “verdadero” una marcada predilección que demuestra su realismo sobrenatural: Cristo es “la Luz verdadera” (1,9), “el verdadero Pan del cielo” (6,32), “la verdadera Viña” (15,1). Quienes no adoran “en Espíritu y en Verdad” no tienen derecho a ser llamados “adoradores”.

2. Falsa interpretación

Lo que dijo Jesús sobre los “adoradores verdaderos” ha sido mal interpretado frecuentemente. Algunos han afirmado que todo elemento sensible debe ser eliminado del culto tributado a Dios. Pero, una religión que, para honrar a Dios, se encastillase en las altas esferas del espíritu suprimiendo cuanto se dirige a los sentidos, no estaría hecha para hombres sino para ángeles. En san Juan, el “espíritu” (*pneuma*) “no se opone ni al cuerpo ni a la materia, ni a lo sensible, sino a la carne (*sarx*), es decir, a la condición de la creatura en su flaqueza y caducidad. El espíritu es lo divino en su fuerza y en su trascendencia sobrenatural”¹⁰¹.

3. La interpretación de santo Tomás de Aquino

A la oración propiamente dicha, santo Tomás de Aquino consagró –cosa significativa para la gran piedad de este Doctor– la cuestión más larga de toda la *Suma Teológica*: diecisiete artículos¹⁰². A continuación pone su tratado sobre la *adoratio*¹⁰³, es decir, la parte que corresponde a nuestro cuerpo en el culto y en la oración. La palabra de Cristo sobre los

⁹⁷ F. M. BRAUN, *Revue Thomiste* 60 (1952), p. 267.

⁹⁸ *Tratado de la penitencia*, cap. 8, par. 7-8; PL 1,1243.

⁹⁹ Cf. G. STALIN, en *ThWNT*, vol. IV, col. 1106.

¹⁰⁰ Cf. *ibid.*, col. 1113.

¹⁰¹ D. MOLLAT, en *Bible et Vie Chrétienne* 6 (1954), p. 88.

¹⁰² *Suma Teológica*, IIa, IIae, q. 83.

¹⁰³ *Ibid.*, q. 84.

“adoradores verdaderos” es citada como objeción: “No parece que la adoración implique un acto del cuerpo: 'los adoradores verdaderos, dice Cristo, adorarán al Padre en Espíritu y en Verdad'. Ahora bien, lo que se hace en espíritu no implica ningún acto corporal. La adoración no exige, pues, ninguna actividad del cuerpo”¹⁰⁴.

La respuesta es luminosa: “La adoración corporal se realiza ‘en espíritu’ cuando nace de la devoción espiritual y se ordena a promoverla”¹⁰⁵. En otro pasaje, donde el versículo siguiente (v. 24) sirve de objeción, el mismo autor¹⁰⁶ responde así: “Esta palabra del Señor sólo se refiere a lo que en el culto divino tiene primacía y valor en sí”; no pretende excluir los actos exteriores que sostienen la devoción interior.

“En todos los actos de religión –escribe el mismo santo Tomás¹⁰⁷– lo exterior es relativo a lo interior como a lo que tiene valor primero; la adoración exterior está hecha, por lo tanto, para la adoración interior. Los gestos de humildad expresados por el cuerpo sirven para excitar nuestro corazón a someterse a Dios, puesto que lo sensible es para nosotros el medio natural por el que tenemos acceso a lo inteligible”.

Para santo Tomás, “adorar en espíritu y en verdad” significa, en primer lugar, que la adoración debe hacerse en el fervor del espíritu que proviene del Espíritu Santo¹⁰⁸; dos veces trae el Nuevo Testamento esta fórmula *pneumati zeontes Spiritu ferventes* “Fervientes por el espíritu” (*Hch* 18,25; *Rm* 12,11). Hay que adorar “en verdad”, es decir, según lo explica santo Tomás¹⁰⁹, en la verdad de la fe (sin la cual ningún deseo espiritual puede tener valor de mérito), y con un corazón sincero, sin hipocresía.

Se puede agregar que el Señor opone la adoración requerida en la Nueva Alianza al culto divino de la Antigua: éste no fue más que “la sombra de los bienes futuros (*Hb* 10,1) puesto que los sacrificios prescritos por la ley de Moisés tenían sólo carácter prefigurativo: “la sombra” debe ahora ceder el lugar a la “verdad”: *Umbram fugat veritas*, “la verdad elimina a la sombra”¹¹⁰.

4. Interpretación de Ruperto de Deutz

Podemos y debemos ir aún más lejos: la adoración “en espíritu” no se ha de entender solamente como adoración de Dios, interior y sincera, fundada en una fe sobria pero ardiente, y no en sentimiento inestable o entusiasmo superficial: es menester que en ella veamos la adoración “en el Espíritu Santo”.

Ya los dos términos “espíritu” y “verdad” recuerdan que san Juan gusta designar la tercera Persona de la Trinidad como “el Espíritu de verdad” (*Jn* 14,17; 15,26; 16,13); aún más “el Espíritu es verdad” (*1 Jn* 5,6). El tema principal de toda la conversación de Jesús con la Samaritana es precisamente el Don de Dios, simbolizado por el “agua viva”, el Espíritu Santo. La adoración “en Espíritu” es el culto de Dios enseñado e inspirado por el Espíritu.

El abad Ruperto de Deutz¹¹¹ sitúa nuestra adoración en la luz del misterio de la Santísima Trinidad: «Adoraréis al Padre, recibiréis de él el Espíritu de adopción y os tornaréis miembros de su Hijo Unico. ¿Qué significa “adorar al Padre en Espíritu”, sino recibir el Espíritu de

¹⁰⁴ *Ibid.*, a. 2, 1ª objeción.

¹⁰⁵ *Ibid.*, ad lum.

¹⁰⁶ *Ibid.*, q. 81, a. 7, ad lum.

¹⁰⁷ *Ibid.*, q. 84, a. 2.

¹⁰⁸ En el Nuevo Testamento el griego *pneuma* (espíritu) debe traducirse a veces por “el Espíritu”, es decir el Espíritu Santo, tercera persona de la Trinidad, y otras veces por “el espíritu”, es decir el espíritu humano en tanto que iluminado y guiado por el Espíritu de Dios.

¹⁰⁹ *Comentario sobre Jn.* 4,23; ed. R. CAI (Turín, 1952), N° 611.

¹¹⁰ Santo TOMÁS, Secuencia *Lauda Sion*...

¹¹¹ *Comentario sobre Jn.* 4,23; *PL* 169,363.

adopción que nos hace exclamar: “*Abba, Padre*”? Y, adorar al Padre “en Verdad”, ¿no es acaso invocar al Padre, permaneciendo en su Hijo que dice de sí mismo: “Yo soy la Verdad” (*Jn 14,6*)? Habría podido decir también: “Los verdaderos adoradores adorarán al Dios único: Padre, Hijo y Espíritu Santo, haciendo así la distinción entre las tres Personas”».

B. “EL ESPÍRITU MISMO INTERCEDE POR NOSOTROS”

La enseñanza de Jesús acerca de “la adoración en el Espíritu” es completada por san Pablo cuando escribe a los Romanos: “El Espíritu viene en ayuda de nuestra flaqueza. Pues nosotros no sabemos pedir como conviene; mas el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos inefables, y el que escruta los corazones conoce cuál es la aspiración del Espíritu, y que su intercesión a favor de los santos es según Dios” (*Rm 8,26 ss.*).

1. Oración hecha en unión con la del Espíritu

Este pasaje del Apóstol, que es de capital importancia, aunque no se le presta la suficiente atención nos recuerda, en primer lugar, lo que tenemos tendencia a olvidar o a descuidar: el cristiano, cuando ora, no está solo, sino que el Espíritu de Dios ora en él.

No sabemos cómo orar, pero el Espíritu sí lo sabe; en las profundidades insondables del alma, intercede por nosotros con gemidos que nadie sería capaz de analizar. Nuestro primer deber consiste en estar atentos y acordes con la oración del Espíritu, en creer que Dios no sólo es aquel a quien oramos, alabamos y adoramos, sino también aquel que ora en nosotros, con nosotros, por nosotros.

Con demasiada frecuencia obramos como si sólo contara nuestro pobre esfuerzo, mientras que la obra realizada por el Espíritu es incomparablemente más importante y más eficaz. Con la libertad propia de los hijos de Dios (cf. *Rm 8,21*), podemos modificar la promesa de Jesús referente a la asistencia del Espíritu en las persecuciones, y decir: “Cuando hayáis de comparecer, no ya delante de los tribunales de los hombres, sino ante el trono de vuestro Padre, en la oración, no os preocupéis de lo que diréis, ni de cómo lo diréis: lo que tengáis que decir os será dado en el momento. Pues no seréis vosotros los que hablaréis; es el Espíritu de vuestro Padre quien hablará en vosotros” (*Mt 10,19 ss.*; cf. *Lc 12,11 ss.*).

La actividad que despliega el Espíritu en nuestro interior no nos dispensa del esfuerzo personal en la oración, al cual debemos consagrar lo mejor de nuestras fuerzas. Pero nuestra actividad propia tiene por fin tornarnos más y más acordes con la acción misteriosa del Espíritu en nosotros. No solo en el alma del que habría llegado a la cumbre de la vida mística, sino en el alma de cada cristiano, ese “río” divino fluye siempre, ese “río cuyos brazos recrean la ciudad de Dios santificando las moradas del Altísimo” (*Sal 46,5*). Como las “aguas de Siloé que corren apaciblemente” (*Is 8,6*) sin ruido, así este río invisible fluye en las profundidades del alma, en silencio, es verdad, pero con una fuerza que nos sostiene y nos reconforta.

El Espíritu que habita en nosotros nunca está ocioso: como el Padre y el Hijo, que, al decir, de Cristo, “trabajan siempre” (*Jn 5,17*) el Espíritu también actúa sin cesar para santificar a quienes se dejan santificar. El Señor “lleva a cabo todas nuestras obras” (*Is 26,12*), “él obra todo en todos” (*1 Co 12,6*). Esto vale especialmente para la obra, singularmente maravillosa, que el Amor creador de Dios realiza sin descanso en cada cristiano. Es suficiente que lo creamos, no pongamos obstáculo y colaboremos con todas nuestras fuerzas.

2. Oración alimentada con el “elemento” del Espíritu

Para orar “en el Espíritu” encontramos una ayuda eficaz en el “elemento” que le es propio, a saber, la Palabra por él inspirada, y que está contenida ya en los libros sagrados ya en la liturgia. Pues el Espíritu es no sólo el autor principal de toda la Biblia, sino que también ha presidido la formación de la liturgia cristiana, inspirando a su Esposa, la Iglesia, las fórmulas admirables y los gestos del culto.

Es verdad que “el Espíritu sopla donde quiere” (*Jn 3,8*) pero preferentemente se deja atraer por su elemento propio: la Palabra que él mismo inspiró. San Pablo exhorta a los Efesios: “Siempre en oración y súplica, orando en toda ocasión en el Espíritu” (*Ef 6,18*); y san Judas dice también: “Vosotros, queridos, edificándoos sobre vuestra santísima fe y orando en el Espíritu Santo, manteneos en la caridad de Dios, aguardando la misericordia de nuestro Señor Jesucristo para vida eterna” (*Judas 20 ss.*).

Cuando el Espíritu se digna ayudarnos a orar, por una gracia sensible, sólo nos resta dejarlo actuar evitando entorpecer su obra. Pero cuando estamos a merced de las distracciones, de la sequedad, de las tentaciones, entonces, alimentemos nuestra oración, no con fórmulas exageradas y afectadas, compuestas vaya uno a saber por quién, sino con el alimento sobrio y santo que proviene del Espíritu, como lo hacía Jeremías: “Se presentaban tus palabras y yo las devoraba; era tu palabra para mí un gozo y alegría de corazón” (*Jr 15,16*).

Por sobria que sea, la Palabra divina es sin embargo capaz de comunicar una santa embriaguez, la *sobria ebrietas*, “la sobria ebriedad” que atestigua el mismo profeta: “Me quedé como un borracho, como aquel a quien le domina el vino, por causa de Yahveh, por causa de sus santas palabras” (*Jr 23,9*).

Esta embriaguez, causada no por el vino (cf. *Hch 2,13-15 ss.*; *Ef 5,18*) sino por el Espíritu de Dios es la que en la primera fiesta de Pentecostés, se había apoderado de los apóstoles y de todos aquellos que, junto con María, la Madre de Jesús, estaban reunidos en el Cenáculo (*Hch 1,13 ss.*; *2,13-15*).

3. El cristiano, “templo del Espíritu Santo”

En su primera carta a los Corintios, san Pablo insiste por dos veces en el hecho de que somos el “templo de Dios”: “¿No, sabéis que sois el templo de Dios y que el Espíritu de Dios habita en vosotros?” (*1 Co 3,16*). Podríamos tener la tentación de referir esta hermosa designación de “templo de Dios” a toda “la multitud de los creyentes” (*Hch 4,32*), a la “Iglesia del Dios vivo, la Casa de Dios” (*1 Tm 3,15*) sin aplicarla a cada uno de los fieles en particular. Pero el Apóstol mismo declara la falsedad de esta interpretación cuando tres capítulos después escribe: “¿No sabéis que *vuestro cuerpo* es templo del Espíritu Santo que está en vosotros, y habéis recibido de Dios y que no os pertenecéis? ¡Habéis sido comprados por un gran precio! ¡Glorificad por tanto a Dios *en vuestro cuerpo*!” (*1 Co 6,19 ss.*).

Antiguamente, en tiempos de la Antigua Alianza, la “Gloria del Señor” habitaba en la Tienda de reunión, en el Arca, en el Templo. En “la plenitud de los tiempos” (*Ga 4,4*), el Verbo hecho carne es “el Señor de la gloria” (*1 Co 2,8*; *St 2,1*) y su Cuerpo el verdadero “Templo de Dios” (*Jn 2,19*). Y quienquiera que pertenece a Cristo por la fe y la caridad es a su vez “templo de Dios” porque las tres Personas divinas han establecido en él su morada (cf. *Jn 14,23. 17*).

Los textos que cantan la gloria de la Ciudad Santa y del Templo de Jerusalén pueden servir para expresar la eminente dignidad del cristiano convertido en morada de la Santísima Trinidad: “Glorias se dicen de ti, ciudad de Dios” (*Sal 87,3*). “Dad gritos de gozo y de júbilo, moradores de Sión, que grande es en medio de ti el Santo de Israel” (*Is 12,6*).

Así como en el antiguo santuario, la llama permanente de la “lámpara de Dios” (1 S 3,3) debía traer a la memoria la presencia de la gloria del Señor (cf. Ex 27,20 ss; Lv 24,2 ss.), así en el templo vivo de Dios que somos nosotros. la llama de la atención amorosa a la presencia divina jamás se debería extinguir.

Los profetas reclaman silencio ante la majestad de Dios: “Más Yahveh está en su santo Templo: silencio ante él, ¡oh! tierra entera!” (Ha 2,20) “Grita de gozo y regocíjate, hija de Sión, pues he aquí que yo vengo a morar dentro de ti... ¡Silencio, toda carne, delante de Yahveh!” (Za 2,14. 17).

Así también conviene que el cristiano guarde frecuentemente un silencio lleno de respeto delante de Dios tres veces santo que habita en él: ese silencio será para Dios la más hermosa “alabanza” que se le pueda cantar: “Para ti, el silencio es alabanza” (Sal 65,2: texto hebreo actual)¹¹².

II. ORAR SIN CESAR

La exhortación formulada por san Pablo: “Orad sin cesar” (1 Tm 5,17) es enteramente conforme al pensamiento de Cristo. En efecto, san Lucas, el evangelista de la oración, introduce la parábola del juez inicuo Y la viuda importuna en estos términos: “(Jesús) les decía (a los discípulos) una parábola para inculcarles que “era preciso orar siempre sin desfallecer” (Lc 18,1).

De la realidad cierta de la presencia de Dios en él, fluye para el creyente el deber de “orar sin cesar”, de permanecer junto a este huésped invisible, ofrecerle el holocausto del tiempo, volver una y otra vez hacia él, con humildad y perseverancia.

1. “Permaneced en mi Amor”

En el Antiguo Testamento y también en el Nuevo, resuena frecuentemente y de manera impresionante el gran tema de la *reciprocidad*, condición indispensable de toda amistad. Diríase que Dios aspira impaciente e impetuosamente a recibir una respuesta, un eco, de parte de la humanidad a la que él ofrece su amor y su amistad.

Él es el compañero perfecto, cuya fidelidad no falla: el amor que juró a los Patriarcas lo mantiene siempre (cf. Jr 31,35-37; Sal 89,34-38). Mas ¡ay! los hombres no guardan la Alianza, no responden a su llamado, le rehúsan el amor que él solicita. Cuántas veces oímos esta queja dolorosa: “¿Por qué cuando he venido no había nadie, cuando he llamado no hubo quien respondiera?” (Is 50,2; cf. 65,12; 66,4; Jr 7,13).

Este Dios grande, que es “un padre para Israel” (Jr 31,9) soñaba que este hijo lo llamaría “Padre” y no se apartaría de él (cf. Jr 3,19) pero fue defraudado; él, el Esposo, esperaba de su pueblo la fidelidad de una esposa, “pero, como engaña una mujer a su compañero, así me ha engañado la casa de Israel” (Jr 3,20); Dios quería que su pueblo se adhiriera estrechamente a él (como la faja a la cintura de un hombre), para ser renombre, honor y gloria de su Dios (cf. Jr 13,11), pero Israel se separó de él y fue a pudrirse al contacto de la idolatría babilónica, como la faja de lino al contacto de las aguas del Eufrates (Jr 13,1 ss.); por otra parte, Israel, la esposa, hubiera debido estar orgullosa de su Esposo, como una novia se gloría de su aderezo y de su

¹¹² La vocalización del hebreo supuesta por los LXX (y la *Vulgata*), a saber *domiyyah*: “A ti conviene la alabanza”, es ciertamente conforme al texto original. Los Masoretas vocalizaron *dumiyyáh*: “Para ti, el silencio es una alabanza”. Con el can. E. OSTY (*Les Psaumes*, 2^a éd. Ed. Saint-Paul, Paris 1960, p. 159), se puede lamentar que esta última traducción no responda al contexto...

cinturón, pero ella “ha olvidado su cintura”, es decir, su Dios glorioso, “desde días sin número” (*Jr* 2,32).

Cristo, el verdadero Emmanuel, “Dios con nosotros” (*Is* 7,14; 8,8) pide también que la reciprocidad, elemento constitutivo de la verdadera amistad, se conserve entre él y nosotros: “Permaneced en mí, y yo en vosotros... Permaneced en mi amor” (*Jn* 15,4-9). “Quien come mi carne y bebe mi sangre permanece en mí y yo en él”, *Jn* 6,56). En la Jerusalén celestial, esta reciprocidad se realizará de manera perfecta y para siempre: “He aquí la morada de Dios con los hombres. Pondrá su morada entre ellos (cf. *Ez* 37,27); ellos serán su pueblo y Él, Dios-con-ellos, será su Dios... Esta será la herencia del vencedor; yo seré Dios para él, y él será hijo para mí” (*Ap* 21,3. 7).

En la tierra, la reciprocidad se realiza por la oración incesante. Esta no consiste en repetir sin interrupción fórmulas de oración, por hermosas que sean: “Al orar, no charléis mucho, como los gentiles, que se figuran que por su palabrería van a ser escuchados” (*Mt* 6,7) como los profetas de Baal, en el monte Carmelo, en tiempos del profeta Elías (*I R* 18,26 ss.).

Nuestras palabras, así como los pensamientos que ellas expresan, son fin solo el revestimiento de la oración: ésta consiste en el acuerdo perfecto de la voluntad y de todo el hombre con el Dios que mora en lo más íntimo de él. La “médula” de la oración que nos legó Cristo está en las dos peticiones paralelas: “Venga tu reino; hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo”.

2. Oración humilde

Para atraer infaliblemente la mirada misericordiosa del Señor, la oración ha de ser humilde. En efecto, “Dios resiste a los orgullosos y da su gracia a los humildes” (*St* 4,6; *I P* 5,5 = *Pr* 3,34 LXX). “La oración del humilde las nubes atraviesa, hasta que no llega a su término no se detiene” (*Si* 35,17, texto hebreo). Para nuestra vida de oración, lo más importante consiste en reconocer con san Pablo que “no sabemos orar como conviene” (*Rm* 8,26); no sabemos cómo “hablar al Señor, nosotros que somos tan solo polvo y ceniza” (cf. *Gn* 18,27). Pero, si alguien confiesa su incapacidad radical para orar, “el Espíritu acude en su ayuda con gemidos inefables”.

Todos estamos invitados a las Bodas, a las “verdaderas Bodas”, como diría san Juan sirviéndose del vocablo *alethinós* “verdadero”; estamos invitados a las “Bodas del Cordero” (*Ap* 19,7. 9) que serán eternas, y de las cuales las bodas de la tierra son tan solo una lejana imagen.

Ahora bien, Cristo nos exhorta: “Cuando seas convidado (a unas bodas) ve a sentarte en el último puesto” (*Lc* 14,10). Para estar seguros de que nuestra oración es agradable a Dios, tomemos el último lugar: unámonos a quienes oran mejor que nosotros. El Paráclito, Maestro incomparable de la vida interior, presente en las profundidades inaccesibles de nuestra alma, “ora mejor” que cualquier otro; con él, en primer lugar, debe estar acorde nuestra oración.

Pero aprendamos también “el arte de unirnos”¹¹³ a aquellos que, en la “comunidad de los santos” son auténticos amigos de Dios, y cuya oración le es más agradable que la nuestra. Si reconocemos esto y alabamos a Dios por las gracias de oración que les ha concedido, participaremos en el mérito de sus oraciones.

En la antigüedad judía y cristiana, los gestos corporales que expresan la humildad del alma desempeñaban un papel considerable, y es muy de lamentar que en nuestro tiempo estos gestos tiendan a tornarse cada vez más raros, ya sea en la oración litúrgica, ya en la piedad privada.

¹¹³ Aludimos a una deliciosa novela de Werner BERGENGRUEN, *Die Kunst sich zu vereinigen (El arte de unirse)*, (Archr-Verlag, Zürich, 1956), que desarrolla este tema con notable simplicidad y profundidad espiritual.

Entre los israelitas, la postración (en griego *proskynéo*)¹¹⁴ era parte integrante de toda oración. Se sabe que durante su oración nocturna, santo Domingo hacía numerosas genuflexiones, inclinaciones, postraciones, etc. El biógrafo de santo Tomás, Guillermo de Tocco¹¹⁵, cuenta que la madre del santo, la condesa Teodora, practicaba de rodillas, apoyándose en las manos y tocando el suelo con la frente, postraciones tan frecuentes que tenía callosidades en las rodillas y en las manos.

Los cristianos de Oriente han conservado la costumbre de hacer este gesto en la iglesia; y entre los musulmanes, es uno de los prescritos para el tiempo de la oración; por otra parte, su lugar oficial de oración, la mezquita (en árabe *masdjid*, derivado de *sadjada*, postrarse), significa etimológicamente “el lugar donde se hace la postración”

3. Oración perseverante

Sólo para Cristo, Hombre-Dios, la existencia entera fue una oración; sólo él podía aplicarse con toda verdad, la palabra del salmo: “Y yo no soy más que oración” (*Sal* 109,4). En Cristo, la oración continua fue existencial, jamás podía interrumpirse.

Nosotros, en cambio, debemos luchar para que nuestra oración sea continua (san Pablo llama a la oración una “lucha” [cf. *Rm* 15,30; *Col* 2,1; 4,12]). La oración, en el fondo no es otra cosa que el deseo de la caridad. Este deseo, según santo Tomás¹¹⁶, debe ser continuo en nosotros, ya sea actual o virtual: su virtud permanece en todo cuanto hacemos por caridad, y debemos, dice san Pablo, “hacerlo todo por la gloria de Dios” (*I Co* 10,31). Desde este punto de vista se debe hablar de una oración “continua”. Así lo dice san Agustín¹¹⁷. “En la fe, la esperanza y la caridad, el deseo incesante nos hace orar siempre”.

No se trata de oración continua en el sentido de que expresemos sin cesar a Dios vocalmente nuestras súplicas. Según lo enseña santo Tomás¹¹⁸ “conviene que la oración (formal) dure tanto cuanto sea necesario para alimentar el fervor del deseo. Cuando ella ha sobrepasado esta medida, hasta el punto de que no se la pueda prolongar sin disgusto, no hay que extenderse más”.

Es consolador recordar que nunca estamos solos para orar: en las profundidades del alma, inaccesibles a todo análisis, el Espíritu intercede por nosotros. De este abismo brota la oración incesante como una melodía apacible Y dulce. Por la fe, el alma puede unirse al canto de los coros eternos y a la Palabra del eterno Amor, hasta el punto de que es imposible decir si el que habla es el Espíritu o la Esposa (cf. *Ap* 22,17).

Al comentar el pasaje ya citado de san Pablo (*Rm* 8,26 ss.), el P. Karl Rahner, en el segundo capítulo de su libro *Prière de notre temps* ha escrito páginas muy hermosas. Citaremos algunas líneas: “No sabemos lo que conviene pedir, pero él (el Espíritu) lo sabe y eso basta. El grito de nuestro corazón parece resonar, sin respuesta, en el mortal silencio de Dios. Pero es percibido, ciertamente, más allá de los abismos de la nada que nos separan del Eterno. Si el único capaz de sondear las profundidades del alma, sondea los corazones hasta lo más recóndito, no nos asustemos. No encuentra allí nuestro vacío, ni los siniestros demonios de las profundidades, ni los mil disfraces con los que no cesamos de engañarnos a nosotros mismos: encontrará su Santo Espíritu”¹¹⁹.

¹¹⁴ Término griego, que en *Jn* 4,20-24 expresa “adoración”.

¹¹⁵ Santo TOMÁS de AQUINO. Su vida: por Guillermo TOCCO, trad. Pègues et Maquart, Toulouse, 1925, p. 95.

¹¹⁶ *Suma Teológica*, IIa, IIe, q. 83, a. 14.

¹¹⁷ *Epist. ad Probam* (epist. 130), IX,18.

¹¹⁸ *Loc. cit.*

¹¹⁹ RAHNER, *Prière de notre temps*, Paris, 1966, p. 36.

III. DIFICULTADES Y OBJECIONES

Para terminar, trataremos de responder a algunas dificultades que a menudo se plantean respecto de la oración.

1. *¡Estoy tan distraído!*

Todos estamos expuestos a múltiples distracciones. Aun los santos experimentan a veces al rezar la divagación del espíritu. “Mi corazón se ha ido lejos de mí”, dice el salmista (*Sal* 40,13)¹²⁰. Pero las distracciones no impiden la verdadera oración, la que se hace en el fondo del alma, donde el Espíritu intercede en el silencio y la paz, a condición, por supuesto, de que nosotros no consintamos en ellas. Algo que dice santo Tomás¹²¹ en su tratado de la oración puede tranquilizarnos: “Ora en Espíritu y en Verdad aquel que se puso en oración instado por el Espíritu, aun si luego, por su flaqueza, deja que su espíritu divague”.

Puede ocurrir que durante una media hora de oración, cien distracciones asalten al creyente. Si con paciencia y firmeza rechaza las imágenes y los pensamientos que querían alejarlo de la presencia divina, habrá probado a Dios cien veces la fidelidad de su amistad, y a los ojos del Señor, será una oración muy buena. Lo que importa no es que nosotros estemos contentos de nuestra oración, sino que Dios lo esté de nosotros.

2. *No tengo tiempo*

He aquí una objeción muy de moda y que oímos con mucha frecuencia: “¡Tengo demasiado trabajo! ¡No tengo tiempo!”.

Es cierto que nuestra época se caracteriza por la prisa, el apresuramiento, la agitación; continuamente y por todos lados se nos solicita. Y, sin embargo, esta objeción no es valedera: está refutada por muchísimas personas recargadas de trabajo y que, a pesar de todo, encuentran tiempo, y hasta largo tiempo para el contacto íntimo con Dios.

La oración no es un problema de tiempo sino un problema de amor. Y cada uno de nosotros lo sabe por experiencia: para las cosas que nos agradan, siempre encontramos tiempo, a pesar de ocupaciones múltiples y exigentes. El estudiante, a quien le disgustan las matemáticas, estudiará primero todas las demás materias, y luego, para el deber de matemáticas, se excusará diciendo: “No tuve tiempo”. Si le hubiese gustado esa materia, la habría preferido a las demás, y no le habría faltado el tiempo.

Si somos leales con Dios y con nosotros mismos, debemos confesar que perdemos mucho tiempo en cosas que no valen la pena. ¡Cuántas horas malgastadas, por ejemplo, delante de la televisión, para ver cosas vanas y superficiales!

Es prudente reservar, desde el comienzo del día, tiempo para la oración. “*Messire Dieu, premier servi!*” (¡El Señor Dios, primero en ser servido!), decía santa Juana de Arco. El tiempo dado así a Dios, como un sacrificio matutino de agradable olor, perfumará toda la jornada y ayudará muchísimo a concentrar la atención y a trabajar mejor. Un gran médico suizo, el doctor Tournier, aseguraba: “Desde que hago una hora de oración por día, mi éxito como médico es cien veces mayor”¹²².

¹²⁰ *Suma Teológica*, IIa, IIae, q. 83, a. 13, sed contra.

¹²¹ *Ibid.* ad Ium.

¹²² Citado por Valentino DEL MAZZA, *Il canto dell'anima*, 2a ed., Sorrento 1966, p. 126.

La Antigua Alianza conocía la obligación de los holocaustos. *Olo'kauston* significa “completamente quemado”. Para reconocer los derechos absolutos del Señor sobre todo el hombre se destruían completamente –sin ninguna utilidad para quien ofrecía el sacrificio– cosas preciosas: un animal, vino, aceite. En la Nueva Alianza ha sido abolido este género de sacrificios, pero Dios espera siempre de nosotros el holocausto del tiempo: que reservemos para él en nuestra jornada una parte de nuestro tiempo, de ese tiempo, que consideramos, no sin razón, como dinero: *Time is money*. Con ese “dinero” compramos tesoros de eternidad. Quien, en la oración, ofrece en holocausto espiritual, no solamente los minutos vacíos, inutilizables para la vida corriente: horas o minutos de fatiga, de descanso, de camino, de espera¹²³, sino parte de lo mejor de su tiempo, prueba al Señor la autenticidad de su amor por él, a pesar de su incapacidad para encontrar pensamientos o fórmulas piadosas, a pesar de la aridez o de las distracciones.

Debe, sin embargo, estar dispuesto a que lo critiquen ásperamente los que no conocen otra cosa que la acción y la agitación: los activistas exclamarán indignados, como lo hicieron en otro tiempo algunos de los discípulos (y sobre todo Judas) ante el gesto de María de Betania derramando el precioso perfume sobre el cuerpo de Jesús: “¿Para qué este despilfarro? Se podría haber vendido a buen precio y habérselo dado a los pobres” (*Mt 26,8 ss.; Mc 14,4 ss.; Jn. 12,5*). De hecho, el tiempo que el contemplativo –en el claustro o en el mundo– consagra a la oración, Y a la alabanza de Dios, podría ser empleado en favor de los enfermos, de los pobres, de los ignorantes. Pero Jesús saldrá en defensa de su amigo fiel, diciendo: “Dejadle! ¿Por qué lo inquietáis?” (cf. *Mc 14,6*). Pues él se considera extremadamente honrado por el homenaje del holocausto de nuestro tiempo, del que, habitualmente, somos tan avaros.

3. Soy incapaz de orar

Ocurre a veces que almas generosas y fieles a la vida de oración llegan. con el tiempo, a perder todo fervor sensible y a tener la impresión de estar delante del Señor, frías, insensibles, como “un animal” (*Sal 73,22*). Se diría que ya no hay en ellas ninguna vida interior, que no les queda ni una chispa del fuego de la caridad que había encendido su alma en otros tiempos.

Las impresiones son, a menudo, engañosas. Es necesario recordar el gran principio *Amare est velle*, “amar es querer”; no es sentir que se ama o que se es amado, sino *querer* amar a Dios y “creer en su Amor” (*1 Jn 4,16*). Lo dice Cristo con toda claridad, amar es cumplir la voluntad de aquel a quien se ama: “Vosotros sois mis amigos si hacéis lo que os mando” (*Jn 15,14*), y no si me decís bellas palabras o experimentáis hermosos sentimientos. “Si guardáis mis mandamientos permaneceréis en mi Amor” (*Jn 15,10*) Soportar humilde y pacientemente la incapacidad de orar, ya es orar, más aún, es la más meritoria de las oraciones.

La pequeña parábola, perteneciente a san Marcos, de la semilla que crece por sí misma, y que se aplica, no sólo al crecimiento de toda la Iglesia sino también al desarrollo de la gracia en cada uno de los creyentes, puede tranquilizarnos en los momentos de sequedad espiritual. “El Reino de los cielos es como un hombre que echa el grano en la tierra; duerma o se levante, de noche o de día, el grano brota y crece, sin que él sepa cómo. La tierra da el fruto por sí misma: primero hierba, luego espiga, después trigo abundante en la espiga. Y cuando el fruto lo admite, en seguida se le mete la hoz, porque ha llegado la siega” (*Mc 4,26-29*).

La maravilla de la germinación en el mundo natural sirve para ilustrar la acción misteriosa de la gracia. El Reino de Dios crece en el alma del creyente no por un esfuerzo violento del hombre, “sino simplemente por una germinación pacífica, por un desarrollo vivo y suave, bajo el influjo

¹²³ Cf. Sr. JEANNE D'ARC, *Un coeur qui écoute*, Paris, 1966, pp. 27 ss.

de la gracia de Dios”¹²⁴. No se ha de concebir la vida interior como una serie de revoluciones bruscas, de cambios violentos de dirección. sino como una continuidad¹²⁵. Es menester paciencia, confianza, calma, silencio: “Por la conversión y calma seréis liberados, en el sosiego y seguridad estará vuestra fuerza” (Is 30, 15).

Esta parábola en modo alguno enseña el quietismo o la inutilidad de todo esfuerzo humano. Ausencia de tumulto y de agitación no quiere decir ausencia de esfuerzo ni pereza; pero el esfuerzo humano ha de modelarse según la acción de Dios, que es dulce, constante y paciente. Este pasaje del Evangelio no ofrece toda la doctrina de la vida cristiana: ilustra tan solo un aspecto de ella. La parábola de los talentos Y de las minas, al descartar el quietismo, pone de relieve otro aspecto importante.

Mientras el labrador no arranca de la tierra la semilla que arrojó ésta sigue creciendo, podría decirse “automáticamente”; es éste el término que trae el texto griego *automáte*: la tierra produce “por sí misma”. Del mismo modo, mientras el fiel no retira la adhesión de su voluntad a la de Dios, la semilla de la gracia sigue desarrollándose. Dios no cesa de obrar en el fiel “sin que éste sepa de qué manera”: de una manera demasiado profunda y demasiado divina para que pueda tener conciencia de ello.

4. A mí no se me escucha

Muchos fieles se lamentan de que sus oraciones instantes y repetidas y hechas en nombre de Cristo que ha prometido: “Todo lo que pidáis en mi nombre, lo haré” (Jn 14,13) no son, sin embargo, escuchadas. “En verdad, en verdad os digo que todo lo que pidieréis al Padre, os lo concederá en mi nombre” (Jn 16,23). Y en san Marcos encontramos esta audaz exhortación: “Os lo digo, todo cuanto pidieréis en vuestras oraciones, creed que ya lo habéis recibido¹²⁶ y lo obtendréis” (Mc 11,24). Todas estas promesas son verdaderas pero es menester comprenderlas bien.

Ninguna oración queda sin efecto. Dios nos da siempre con largueza mucho más de lo que deseamos. Pues no sólo puede sino que está deseoso de “realizar todas las cosas incomparablemente mejor de lo que podemos pedir o pensar” (Ef 3,20). Si tarda en conceder la gracia pedida, es porque prepara para el momento oportuno otra mejor.

El apóstol san Pablo había pedido tres veces al Señor que lo librara de ese “aguijón en su carne” (2 Co 12,7) que, según la interpretación de los Padres griegos y la mayoría de los antiguos exegetas no fue la concupiscencia de la carne sino una enfermedad corporal como la malaria o una afección oftálmica; y, sin embargo, no fue escuchado, porque el Señor quería recibir mayor gloria en la flaqueza misma de su mensajero. Recibió de Cristo esta respuesta definitiva (en griego, en perfecto): “Mi gracia te basta, pues mi fuerza se muestra perfectamente en la flaqueza” (2 Co 12,9). Y Pablo en vez de entristecerse o quedar descontento por un veredicto tan duro, concluye: “Con sumo gusto seguiré gloriándome sobre todo en mis flaquezas para que habite en mí la fuerza de Cristo” (2 Co 12,9).

Santa Gertrudis, muy familiarizada con la Sagrada Escritura, expresa muy bien el pensamiento de Cristo en este pasaje de su libro *El Heraldo del Amor Divino*¹²⁷: «Cierta vez estaba todo el pueblo muy afligido por el mal tiempo, y ella misma había invocado junto con los demás la misericordia de Dios, sin resultado. Por fin dijo al Señor: “¿Cómo es posible, amado mío, que hagas penar por tanto tiempo los deseos de tanta gente, cuando, a pesar de mi indignidad, confío

¹²⁴ P. DELATTE, *L'Évangile de Notre Seigneur Jésus-Christ, le Fils de Dieu*, nouvelle éd. Tours, 1945. p. 348.

¹²⁵ Cf. S. HUBY, *Évangile de saint Marc*, 6e. éd. Paris, 1924, p. 104.

¹²⁶ Esta es la lectura de los mejores manuscritos griegos, y no: “que recibiréis”.

¹²⁷ Santa GERTRUDIS, *Le Héraut de l'Amour divin*, livre II, chap 31; vol. 1, Paris, 1877, pp. 243 ss.

tanto en tu bondad que estoy segura de que yo sola podría vencer tu misericordia en cosas mucho más importantes?”. El Señor le contestó: “Nada extraño habría en que un padre quisiese que su hijo le pidiese más de una vez una moneda de plata, si tuviese la intención de concederle cien marcos de oro; así también no te extrañe que yo vaya difiriendo el momento de escucharos, porque cada vez que me invocáis, ya sea por la menor palabra o el menor pensamiento, reservo para vosotros bienes en la eternidad, que sobrepasan en mucho cien marcos de oro”».

Antes de atender la petición de la Cananea, Cristo sometió la fe de esta mujer a una dura prueba, por una triple negativa cada vez más severa. Pero, al mismo tiempo, por una gracia interior, estimulaba su confianza en grado heroico; y finalmente, vencido y maravillado ante la gran fe de esta pagana, le acordó el favor pedido (*Mt 15,22 ss.*).

Pues bien, esta escena del Evangelio tiene un valor programático para toda la Iglesia y para todos los tiempos: también nosotros estamos invitados a percibir a través del “no” que Cristo nos opone, el “sí” lleno de bondad de su corazón.

Esto vale especialmente para la vida de oración: a aquellos, que a pesar de las oscuridades, las tentaciones, las sequedades, “permanecen junto a Cristo”, en “el desierto” del esfuerzo contemplativo, el Señor no puede “ni quiere despedirlos en ayunas, no sea que desfallezcan en el camino” (cf. *Mt 15,32*). Los alimenta espiritualmente sin que ellos lo perciban.

Así pues, que “permanezcan firmes, inmovibles, progresando siempre en la obra del Señor, conscientes de que su trabajo no es vano en el Señor” (cf. *1 Co 15,58*).

*29 Bvd. Latour - Maubourg
París - 7e. Francia*