EL TRATO DE AMISTAD CON DIOS: LA ORACIÓN COMO ESTRUCTURA RELIGIOSA

JOSÉ-DAMIÁN GAITÁN
Facultad de Teología San Dámaso
Madrid

A la hora de hablar hoy de la oración hay que tener en cuenta la actual situación social y ambiental en que vivimos. A lo largo de los últimos siglos hemos ido pasando —sobre todo en nuestro mundo cultural europeo y occidental— de una tradición teocéntrica y socialmente religiosa a un mundo socialmente secularizado y arreligioso, en el que temas como la religión, la oración y la relación con Dios son considerados, por una buena parte de la sociedad, como sospechosos, sin sentido, contrarios al verdadero interés del hombre, si no dignos de todo recelo y sospecha[1].

Por otra parte, hay que reconocer que no siempre los cristianos somos conscientes de todo lo que implica y supone realmente en sí y para el

[1] Un libro bastante completo, interesante y amplio sobre estos temas es el de J. A. Estrada, *Oración: liberación y compromiso de fe. Ensayo de teología fundamental* (Santander, Sal Terrae, 1986). Recientemente J. A. Estrada ha vuelto a recoger y a plantear algunos de aquellos retos y cuestiones fundamentales de la oración cristiana en el folleto titulado *La oración de petición bajo sospecha* (Santander-Madrid, Sal Terrae-Fe y Secularidad, 1997); cf. también "Orar en el mundo actual": *Iglesia Viva* (1991) n. 152, 125-250 (especialmente el artículo de A. Tornos, "La oración bajo sospecha: una reflexión desde la idea de identidad cristiana", 127-142); F. Varone, *El Dios ausente. Reacciones religiosa, atea y creyente* (Santander, Sal Terrae, 1987) (Tercera parte: "La oración: A tal Dios, tal oración", 161-230); C. Domínguez Morano, *Orar después de Freud* (Santander-Madrid, Sal Terrae-Fe y Secularidad, 1994); J. Martín Velasco / F. Savater / J. Gómez Caffarena, *Interrogante: Dios*. XX Foro sobre el Hecho Religioso (Santander-Madrid, Sal Terrae-Fe y Secularidad, 1996). Para un recorrido más sistemático, con abundante bibliografía, sobre los planteamientos en torno a la oración a lo largo de las últimas décadas, cf. A. Guerra, *Oración cristiana. Sociología-Teología-Pedagogía* (Madrid, EDE, 1984) 13-41.

Teología y Catequesis 64 (1997) 7-30

hombre la vivencia religiosa y la oración como estructura religiosa. Espero que mi exposición ayude algo en este sentido.

I. SENTIDO DE UNOS CONCEPTOS

Con frecuencia, la mayor parte de los seres humanos identifican, sin más, *oración y religión,* oraciones y práctica religiosa, oración y experiencia de Dios; porque no cabe duda de que la oración y la forma de orar es uno de los modos más privilegiados en los que se manifiesta y se alimenta la religión que profesa cada cual.

En este sentido, es la misma Iglesia la que, en el Vaticano II, afirma que la liturgia, y principalmente la eucaristía, es "la fuente y cima de toda la vida cristiana" *(Lumen gentium* 11), o también "la cumbre a la que tiende la actividad de la Iglesia y, al mismo tiempo, la fuente de donde mana toda su fuerza" *(Sacrosanctum Concilium* 10).

Son, sin embargo, estos mismos textos que acabamos de citar, los que ya nos sugieren que la vida cristiana tiene unas dimensiones mucho más amplias que las muy importantes de la vida de oración y litúrgica. Son esas otras dimensiones que se expresan con las frases: "toda la vida cristiana" y "la actividad de la Iglesia". Es decir, lo que se considera como la práctica de la religión, en un sentido amplio.

Pero aquí surgen, entre otras, las siguientes preguntas: ¿Qué es lo primero, la religión o la oración? ¿La práctica de la religión, entendida en sentido amplio, se puede considerar también como vida religiosa, o esta expresión hay que reservarla para la vida de oración?

Aquí se impone una breve reflexión sobre el sentido de los términos orar/oración y religión/religioso, antes de seguir adelante en nuestra reflexión.

1. *Orar/oración*

Desde una lectura simple podemos decir que orar es la acción de practicar la oración. Pero ¿qué es la oración? Para Santa Teresa la oración era "un tratar de amistad con Dios, estando muchas veces a solas con quien sabemos nos ama" *(Vida* 8,5). Pero, para muchos ¿qué es orar, qué es la oración?

El *Diccionario da la Lengua Española,* de la Real Academia Española (Madrid [21]1992), nos ofrece unos matices muy importantes sobre el sentido usual que damos a las palabras *orar/oración.*

Orar viene de la palabra latina *orare* y significa "hablar en público para persuadir y convencer a los oyentes o mover su ánimo". También tiene el sentido de "rogar, pedir, suplicar", y de "hacer oración a Dios vocal o mentalmente".

A la palabra *oración* se le aplican muchos más significados que a la de *orar,* aunque aquí recogeremos sólo los primeros. De ella se nos dice que viene de la palabra latina *oratio/onis.* Los primeros significados de la misma serían: 1. "Obra de elocuencia, razonamiento pronunciado en público a fin de persuadir a los oyentes y mover su ánimo. Algunas oraciones toman nombre de su asunto o de la ocasión en que se pronuncian. Oración deprecatoria, fúnebre, inaugural"; 2. "Suplica, deprecación, ruego que se hace a Dios o a los santos"; 3. "Elevación de la mente a Dios para alabarlo y pedirle mercedes".

Según esto, no cabe duda de que orar/oración tienen, al menos en su origen, mucho en común con hablar insistente y vehementemente, dado que se trata de persuadir. No nos debemos de extrañar, pues, que para muchas religiones, y también para muchos cristianos, *orar* sea fundamentalmente *rezar* u orar vocalmente. Y, a su vez, como de lo que se trata en la oración es de convencer, se explica que esa oratoria, cuando se dirige a Dios, se aproveche principalmente para pedir y suplicar. El mismo actual *Catecismo de la Iglesia Católica,* publicado en 1992, define la oración con el siguiente texto de San Juan Damasceno: "La oración es la elevación del alma a Dios o la petición a Dios de los bienes convenientes (n. 2559)" [2].

---

[2] Algo más completa es la definición de oración que da Santa Teresita, y que dicho *Catecismo* también recoge unas líneas más arriba, con letra más pequeña y casi como en un aparte (cf. nn. 2558-2559). En general hay que decir que, con frecuencia, tanto los catecismos antiguos como cierta tradición de vida espiritual han preferido siempre las definiciones de oración que acentúan las dos dimensiones siguientes: la de levantar la mente a Dios y la de pedir. Algunas de estas definiciones han sido recogidas por A. Royo Marín, *Teología de la perfección cristiana* (Madrid, La Editorial Católica, [2]1955) 584-585. Una panorámica breve, pero más completa, de definiciones de la oración, desde la época patrística hasta nuestros días, se puede ver en S. Gamarra, *Teología Espiritual* (Madrid, BAC, 1994) 162-165.

Todo esto, sin embargo, choca con el ejemplo de Jesús, cuya oración, según el evangelio, es en muchas ocasiones silenciosa o hecha de frases más bien breves. Por eso se comprende que, a la hora de enseñarnos a orar, Jesús nos animara a no orar con muchas palabras "como los paganos" y como los mismos judíos, sino más bien poniendo nuestra plena confianza en la Providencia amorosa del Padre Dios (Mt 6,5-13). Cuando Santa Teresa define la oración como "tratar de amistad con Dios", no hace otra cosa más que explicitar de alguna manera lo más importante de toda oración y de la oración cristiana; aquello a lo que ha de llevar, en todo caso, toda estructura oracional: al trato y comunión con Dios[3].

2. *Religión/religioso*

La oración nos lleva a plantearnos también el sentido usual de los términos *religión/religioso*. Y esto porque, como hemos dicho antes, la oración y el orar se suelen considerar como el centro y culmen de toda religión y de todo lo religioso. Volviendo al mencionado *Diccionario de la Lengua Española,* nos encontramos con lo siguiente:

Religión: La palabra castellana religión viene del latín *religio/onis*, y ésta de *religare* y *religatio/onis*, que significan *atar, volver a atar*. Desde un punto de vista etimológico, por religión se entendería, pues, en primer lugar, estar atado o unido a Dios.

Desde un punto de vista más conceptual, el *Diccionario* incluye en el concepto de religión los siguientes matices: "1. Conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración o temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social, y de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto; 2. Virtud que nos mueve a dar a Dios el culto debido".

---

[3] La oración como trato de amistad o de filiación o incluso como de creatura a creador supone siempre de todas las formas, al menos desde nuestro punto de vista cristiano, la reciprocidad en dicha relación: un hablar y escuchar tanto por parte de Dios como por parte nuestra. Cf. A. Bloom, *Comenzar a orar* (Madrid, PPC, 1980). Este autor cuenta la siguiente anécdota: Había una mujer anciana que vino al pope ortodoxo a decirle que siempre había rezado a Dios y que Dios nunca le había dicho nada a ella. El pope le dijo que quizá hablaba tanto que no le dejaba hablar a Dios, ni dejaba en su oración espacio para escucharle. Porque en la oración no sólo había que hablar a Dios, sino también dejar espacio y tiempo para que él pueda hablarnos. A los pocos días la anciana volvió llena de alegría, porque había constatado que era verdad: ahora Dios también le hablaba (pp. 80-82).

Se recogen también otros sentidos de la palabra religión, pero creo que estos dos primeros expresan bastante bien lo que tradicionalmente se ha considerado como más importante en toda religión: unas creencias en la divinidad, un sentimiento de trascendencia y veneración hacia ella, unas normas de conducta y un ritual de oración y culto que nacen como consecuencia de la fe que se profesa.

Ciertamente no todas las religiones son iguales. Entre ellas hay matices, que nacen sobre todo de su visión de lo sobrenatural o trascendente, y de su consiguiente visión del cosmos y la historia humana. Algo que igualmente se manifiesta en su forma no sólo de plantear la vida en general, sino también, como no podía ser menos, el estilo de orar. No es mi intención desarrollar aquí este tema, que nos llevaría más allá de lo que aquí me propongo exponer.

Religioso/sa: Es un término más fácil de describir y definir, porque depende del anteriormente explicado: *religión*. Entre los sentidos que se dan del mismo en el *Diccionario de la Lengua Española* encontramos: "1. Perteneciente o relativo a la religión o a los que la profesan; 2. Que tiene religión, y particularmente que la profesa con celo; 3. Que ha profesado en una orden religiosa; 4. Fiel y exacto en el cumplimiento del deber; 5. Moderado, parco".

Así, pues, fundamentalmente el término *religioso* hace referencia a profesión y vivencia de una religión.

A nosotros nos interesa aquí no tanto lo religioso en general, cuanto lo religioso como estructura, actitud y vivencia/experiencia oracional.

II. LA ORACIÓN COMO EXPERIENCIA RELIGIOSA

1. *Experiencia cristiana de Dios y oración*

En nuestro mundo cristiano occidental y, por diferentes motivos históricos (cf. protestantismo, alumbrados, quietismo, modernismo), hemos asistido hasta hace poco a una cierta invernación de la experiencia religiosa como tema a proponer y tratar. Tal era el peligro que se veía en la experiencia de Dios o experiencia religiosa, que incluso no se hablaba de la oración como camino de experiencia de Dios. Y esto porque experiencia parecía subrayar la subjetividad en contra de la objetividad de la fe: algo que en sí no depende ciertamente de la experiencia del sujeto. A

pesar de todo, se insistía en la oración como el momento privilegiado de encuentro con Dios; es decir, aunque no se pudiera decir explícitamente, la oración se veía como el momento privilegiado y prácticamente único posible de experiencia de Dios. De ahí que cuanto más tiempo uno dedicara a la oración, más se le consideraba como hombre de Dios, hombre de experiencia de Dios.

Y aquí hay que preguntarse: ¿de dónde viene el que a la oración se la considerase el momento privilegiado o por excelencia de encuentro con Dios o de experiencia de Dios? La explicación es bastante sencilla. La oración, en su ser más profundo e íntimo, supone un parar, en cierto modo, el ritmo de la propia vida para abrirse de forma consciente y explícita a la relación con Dios, con la divinidad. Esta realidad se refuerza aún más cuando para orar se acude a determinados lugares en los que se considera que habita especialmente la divinidad. ¿Dónde, pues, se puede experimentar a Dios mejor que en la oración, en que le tenemos a él delante de nosotros?

Pero, para que el lugar y la oración explícita llevaran a un verdadero encuentro o experiencia de Dios, entre nosotros se insistía siempre en la necesidad de la atención, la concentración mental en aquel a quien se dirigía nuestra oración. Idea que hoy, en muchos ambientes, se ha reforzado con el actual intercambio y diálogo religioso (oracional-meditativo) con las grandes religiones y espiritualidades de Asia. En el fondo, también hoy día la atención o la concentración es considerada por muchos como el vehículo catalizador no sólo de toda verdadera oración, sino también de la verdadera experiencia de Dios por parte del hombre.

Contra el defecto de una oración hecha excesivamente de palabrería, la insistencia en este aspecto de la atención y concentración ha llevado, por otra parte, a una forma de oración, y a la larga de experiencia de Dios, excesivamente dependiente de la mente.

La toma de conciencia de la realidad de Dios, de la divinidad, es una de las funciones más importantes de la oración; pero igualmente creo que la oración, como estructura y experiencia religiosa, tiene que ser algo más que un puro ejercicio mental. Ante la realidad de Dios, el hombre ha de poner todo su ser: mente, corazón y todo cuanto es en sí mismo. Sólo entonces la oración se puede convertir en un verdadero camino de experiencia plena de Dios.

La experiencia de Dios, sin embargo, para un cristiano, no se reduce sólo a los momentos dedicados a la oración explícita. El Dios de la

revelación bíblica, en quien creemos, es un Dios que ha querido compartir con el hombre la realización de la historia y la vida humana. Por ello, cada momento de nuestra vida y cada rincón de nuestra existencia están llamados a ser una viva experiencia del Dios vivo: desde la gracia del perdón y la conversión, hasta la de la transformación plena en el amor de Dios. Apañados estaríamos si a Dios sólo se le pudiera encontrar en momentos especiales de oración, o sólo le pudieran encontrar los que dedican gran parte de su vida a la práctica de la oración explícita. Aunque reconozco que ésta ha sido la mentalidad corriente, incluso entre los entendidos, hasta no hace mucho.

2. *La oración: entre la estructura y la experiencia*

Aunque no nos guste, en la vida humana todo necesita estructuras para ser vivido. Y, a su vez, toda realidad verdaderamente humana produce necesariamente estructuras en las que encarnarse. El problema, pues, no está propiamente en la estructuras consideradas en sí mismas, sino en aquellas estructuras que no producen vida o que la ahogan.

En la religión, como en todo lo humano, lo más importante no son las estructuras en las que se expresa la fe, sino, más bien, las vivencias que dicha fe comporta. Pero la religión, para ser vivida, necesita estructuras que, naciendo de su propia realidad más profunda, le sirvan de vehículo en el que encarnarse. Una de estas estructuras, como ya dijimos más arriba —privilegiada en muchas religiones y por parte de muchos creyentes—, es precisamente la oración; que es, a su vez, una de las formas más explícitas de profesar nuestra fe en Dios y ponernos ante la divinidad, lo sagrado, lo trascendente.

Hablando de la oración como estructura religiosa, hay que tener en cuenta dos tipos fundamentales de estructura: una interna y otra externa. La *estructura interna* es la primera y principal, y dice relación a las actitudes fundamentales del hombre ante Dios[4]. Actitudes que se han de

[4] Me he encontrado a algunas personas a las que no les gusta el término estructura para definir las realidades más internas y profundas de la vida, en este caso de la oración. Si se prefiere, se puede hablar de *elementos esenciales internos* a la misma oración. Pero creo que para el caso es lo mismo. Y, por otra parte, la palabra estructura no tiene sólo un sentido externo a las mismas realidades que sustenta. También en otros casos se emplea dándole un sentido más interno y profundo. Se habla, por ejemplo, de la estructura del alma, o de una personalidad bien estructurada o desestruc-

tener siempre en cuenta para que se dé verdadera oración son: la fe en Dios, la apertura existencial explícita a la divinidad y cierta comunión con la misma.

La *estructura externa* de la oración comprende fundamentalmente las formas, fórmulas y estilos —por lo general previamente conocidos y socialmente aceptados—, que suelen servir de vehículo ordinario para orar. Entre ellas ha de señalarse cualquier método o forma de oración, incluidas las más interiores y contemplativas. Por otra parte, ni que decir tiene que esta estructura externa, por muy religiosa que parezca a primera vista, para alcanzar su verdadero sentido tiene que estar siempre al servicio, de forma concreta y real, de lo que hemos llamado estructura interna de la oración. Con frecuencia, el problema de la oración está en que se pone el acento más en su estructura externa que en su estructura interna. En ese caso, casi siempre dichas estructuras oracionales no suelen servir para crear un clima, una actitud oracional que sea capaz de engendrar en el hombre una vivencia, una experiencia de la divinidad, de Dios.

En nuestro mundo occidental —en el que la oración con frecuencia está saturada de palabrería, en contra de la recomendación de Jesús—, creo que es muy importante enseñar a los creyentes a saber ver las estructuras oracionales externas no como fin en sí mismas, sino como vehículo para ponerse en la sintonía y actitud adecuada que permita vivir una verdadera experiencia religiosa, una verdadera experiencia de Dios.

III. EL HOMBRE COMO SER ORANTE

El hecho de la oración como estructura religiosa y experiencia de Dios está íntimamente unido a la condición orante del hombre, algo anterior incluso a su propia convicción religiosa.

1. *Redescubrir la posibilidad humana de la oración*

El Concilio Vaticano II afirma en la Constitución *Gaudium et spes,* n. 19, lo siguiente: "La razón más alta de la dignidad humana consiste en la

---

turada: lo que supone una grave deficiencia, sea por falta de crecimiento de la personalidad o porque algún acontecimiento de la vida ha destrozado la estructura interna de dicha persona.

vocación del hombre a la comunión con Dios. Desde su mismo nacimiento, el hombre es invitado al diálogo con Dios. Existe pura y simplemente por el amor de Dios que lo creó, y por el amor de Dios que lo conserva. Y sólo se puede decir que vive en la plenitud de verdad cuando reconoce libremente ese amor y se confía por entero en su Creador. Muchos son, sin embargo, los que hoy día se desentienden del todo de esta íntima y vital unión con Dios o la niegan de forma explícita".

Como ya hemos recordado varias veces, la oración es un hecho que encontramos en todas las religiones, desde la historia humana más remota. El hombre casi siempre ha sentido la necesidad de buscar un cierto tipo de relación con Dios, con la divinidad, con aquello que percibe como trascendente [5].

El hombre, el ser humano, es capaz de *relacionarse con los demás,* de abrirse a los otros, lo cual no significa que lo haga siempre. Esta capacidad es como una contraseña de la verdadera persona. Y, porque puede relacionarse y abrirse a los demás, puede orar, en el sentido más amplio del término y también en el más explícitamente religioso. Porque, entre estos otros con los que el hombre puede relacionarse, están todos aquellos que son distintos de uno mismo. Y, entre los que son distintos de uno mismo, está también aquella realidad que llamamos Dios, la divinidad, lo trascendente, lo sobrenatural.

En la realidad relacional de la oración hay otra cosa que influye: *el sentimiento de finitud y de necesitar a los demás.* El ser humano, desde la infancia, tiene conciencia de necesitar a los demás. El hombre es uno de los animales que, por más tiempo, necesita el apoyo de la familia original para abrirse paso en la vida. Pero incluso después, el hombre siempre tiene necesidad, en mayor o menor medida, de los otros. De ahí que no se pueda interpretar la oración como una fijación y proyección de etapas humanas infantiles, de las que hay que arrancar al hombre adulto.

---

[5] Cf. el trabajo de J. Martín Velasco, "El hombre en oración. Actitud religiosa, plegaria y condición humana", publicado originariamente en *Surge* (1972), y posteriormente en su libro *La religión en nuestro mundo* (Salamanca, Sígueme, 1978) 110-140; cf. también, del mismo autor, su obra ya clásica *El encuentro con Dios.* Nueva edición revisada (Madrid, Caparrós, 1995). Más recientemente A. Grün ha publicado sobre este tema el libro titulado *La oración como encuentro* (Madrid, Narcea, 1997) (cf. sobre todo la primera parte: "Fases del encuentro", 15-59, con los apartados siguientes: "El encuentro con uno mismo", "El encuentro con Dios", "El diálogo con Dios", "El silencio ante Dios").

Además, hay que decir que, desde la infancia, la persona tiene *conciencia de la posibilidad y necesidad de ser escuchado por alguien,* siempre que lo necesita. Algo que se confirma cuando, por ejemplo, el niño llora y se siente arropado por alguien que le atiende, le da alimento y le acoge con calor humano.

La *oración* tiene mucho que ver con todo lo que venimos hablando. El hombre, en la medida en que va creciendo, mucho más que en las primeras etapas de infancia, siente la necesidad de algo o alguien que está más allá de las personas que le rodean, algo o alguien que le trasciende, que oye y escucha, y con quien entrar en comunión. Algo que se puede identificar con las estrellas, el sol, la luna, la tormenta y el huracán, la madre tierra o, sencillamente, la madre naturaleza, que nos condiciona, a la que necesitamos y que nos influye.

El hombre siempre ha tenido conciencia de que no está solo en el mundo, ni tan siquiera como conjunto de personas. Que está en un escenario en el que hay alguien que nos influye y en quien también nosotros influimos de alguna manera. El hombre primitivo, de hecho, comienza a orar con formas que intentan condicionar a ese "alguien" o a ese "algo" a través de peticiones, súplicas, ofrendas, para tenerle propicio y de su lado. Incluso hay un deseo de hacerse con la divinidad, es decir, de subyugar su voluntad y su fuerza a través de fórmulas, oraciones y ritos concretos.

Sólo después, en un segundo momento de madurez de la humanidad, aparecen fórmulas más refinadas de oración y de contacto con lo divino, como el agradecimiento y la alabanza. Incluso aparece un deseo de llegar a cierta comunión con lo divino, con lo trascendente, logrando penetrar, a través de determinados ritos o prácticas, en su ámbito, o dejando que éste se apodere plenamente del espíritu del hombre. Ha sido todo un largo camino de perfeccionamiento de estas actitudes y vivencias, sobre todo en las grandes religiones del mundo. En la tradición de Israel quizá se ha desarrollado más la alabanza, la acción de gracias, etc. En la tradición de las grandes religiones asiáticas, los procesos de interiorización, de silencio exterior e interior, de ascesis, de renuncia, de espacios dedicados explícitamente a la contemplación, a la meditación, etc. En este sentido, la tradición espiritual cristiana tiene mucho en común tanto con la tradición religioso-oracional de Israel como con la tradición más contemplativo-mística del hinduismo y budismo.

2. *La oración y las edades del hombre*

Aunque hemos estado hablando del hombre en general, hay que tener en cuenta que no existe, sin embargo, un hombre orante abstracto, sino condicionado, entre otras cosas, por su ambiente social y socioreligioso, y por la etapa de la vida en que se encuentra. Las grandes tradiciones religioso-espirituales pusieron siempre de relieve la relación entre madurez en el camino religioso o de la propia fe y madurez en la oración, de tal forma que se hicieron esquemas según los cuales a determinado estadio de madurez religiosa le correspondían determinadas formas de practicar y vivir la oración.

En la tradición espiritual cristiana occidental la oración vocal se consideraba propia de principiantes y gente poco cultivada en la fe. La meditación era característica de aquellos que se habían adentrado por el camino de la lucha ascética cristiana en busca de la santidad y perfección. Finalmente, la contemplación, como don gratuito de Dios, era propia de aquellos que se habían adentrado ya por el camino de la experiencia mística.

En este momento, sin embargo, cuando se habla del significado de las edades de la vida del hombre en el camino de la oración, se hace referencia, sobre todo, a las edades biológicas y psicológicas de las personas.

En cierto paralelo con lo que antes se decía de la edad espiritual respecto de la oración, mucho se está escribiendo en estos últimos tiempos sobre la relación entre oración y edad biológica y psicológica. Cada vez más se es consciente de que cada una de las respectivas edades más importantes del hombre —el ser niño, el ser joven, el ser adulto, el ser anciano— suelen tener su propio modo de sentir y vivir la oración. El tener en cuenta esto ayuda a comprender que no se puede seguir orando toda la vida como cuando se era niño, pero, a la vez, que no se puede pretender que la oración del anciano sea semejante a la de la persona joven o adulta, en pleno disfrute de todas las facultades y con miles de proyectos por realizar en la vida[6].

---

[6] A este respecto cf. las reflexiones que ya hice en otro momento: J. D. Gaitán, "Oración y etapas de la vida personal": *Confer* 25 (1986) 529-550. Recientemente comienza a aparecer una literatura oracional que, a las posibles aportaciones de la edad a la diferentes vivencias de la oración, quiere añadir también las que provienen del hecho de ser mujer orante: cf. I. Gómez-Acebo (ed.), *Cinco mujeres oran con los sentidos* (Bilbao, DDB, 1997).

IV. LA ORACIÓN, UN CAMINO DE FE ADULTA Y PROBADA

1. *Dificultades de la hora presente*

Cuando de niños se nos enseña a orar, comenzamos la experiencia de oración hablando a Dios con sencillez. Los mayores nos enseñan a orar y a pensar en ese Otro que nos escucha, a pesar de estar más allá de lo que inmediatamente vemos. Es una educación a la oración que tiene como base la fe en ese Algo o Alguien que está por encima de nosotros. A esas edades la oración suele resultar normal y casi hasta fácil. Esto también se explica, en parte, por la gran capacidad que tienen los niños de concentrarse en lo suyo y de imaginar el mundo mejor para ellos. Pero la evolución que se ha ido dando en la humanidad tiene que darse también, en cierta medida, en la historia de cada persona humana, de cada creyente. Y hay que reconocer que, con frecuencia, algunas personas no van más allá de lo que es una pura relación casi infantil en su relación con Dios, circunscrita a las propias necesidades y deseos. En esos casos, a Dios más se le teme que se le ama o se le quiere conocer.

Ante esta constatación no es de extrañar que, en nuestro tiempo y cultura occidental, con un clima fuertemente cientifista y secularizado, que tiende a rechazar el valor de lo religioso y la presencia de lo sobrenatural o trascendente, las críticas a la oración se hayan generalizado. La oración y la fe religiosa serían cosa de gente poco madura y evolucionada; que permanecen todavía en la etapa infantil personal o social, al menos en este campo o área de la vida. Lo sobrenatural no sólo sobra, sino que resulta incluso sospechoso desde un punto de vista racional y psicológico.

El Concilio Vaticano II, en GS n. 19, como dijimos más arriba, ya constata que, aunque "la razón más alta de la dignidad humana consiste en la vocación del hombre a la comunión con Dios (...), muchos son, sin embargo, los que hoy día se desentienden del todo de esta íntima y vital unión con Dios o la niegan de forma explícita". Esta dificultad, sin embargo, es casi un mal común a lo largo de toda la historia[7].

---

[7] Ya en el siglo III de nuestra era, el gran maestro Orígenes, en su tratado *Sobre la oración,* dedica un apartado a las objeciones contra la misma. Afirma que desea responder a los que "sostienen que nada se consigue en la oración y, por lo tanto, que orar es superfluo". Y sigue: "No vacilaré en hacerlo (responder) en cuanto mis fuerzas lo permitan, sirviéndome en adelante del término más sencillo y común de oración. Hay

Pero ante las críticas no vale refugiarse en autodefensas cerradas [8]. Ciertamente, desde un punto de vista cristiano y no sólo cultural, una experiencia de oración que *no ha ido evolucionando y madurando con el crecimiento humano* de la misma persona, también es un claro exponente de que su experiencia de fe, en la que se apoya en todo momento la oración, se ha quedado estancada.

El actual *Catecismo de la Iglesia Católica* resume en tres grupos las causas de las posibles objeciones fundamentales a la oración:

- conceptos erróneos sobre la misma [9];
- mentalidades de "este mundo" [10];

---

quien ni siquiera en este sentido admiten la oración, se ríen con desprecio de los que oran, sea como sea la oración, y quieren acabar de una vez con la palabra sea cual sea su sentido. Eso es una opinión muy desacreditada y no hay persona distinguida que la defienda. Apenas se hallará alguno que, admitiendo la providencia de Dios sobre el universo, no acepte la idea de oración. Lo niegan los que son totalmente ateos, y por lo tanto niegan la existencia de Dios, o quienes admiten la idea de Dios, pero niegan su providencia" (cap. 5,1).

[8] El cristiano, aunque no esté de acuerdo con los mencionados planteamientos, no debe dejar caer en vano algunas de las críticas hechas, desde dicha perspectiva, ante la constatación de ciertos engaños que se dan en el mundo de lo religioso y la práctica de la oración. En el pasado, los místicos fueron a veces los primeros y más radicales críticos ante estos posibles engaños. En esta línea C. Domínguez Morano, en su artículo "El Dios imaginado" *(Razón y Fe* 231 [1995] 29-40), intenta ofrecer una serie de criterios para distinguir situaciones religiosas no siempre fáciles de discernir. Escoge tres tipos contrapuestos: "Fanáticos *versus* profetas", "Alumbrados *versus* místicos" y "Sacrificantes *versus* oferentes". Cf., por otra parte, las reservas críticas que plantean a la oración de petición los siguientes autores: F. Varone, *El Dios ausente. Reacciones religiosa, atea y creyente* (Santander, Sal Terrae, 1987) (Tercera parte: "La oración: A tal Dios, tal oración", 161-230); A. Torres Queiruga, "Más allá de la oración de petición": *Iglesia Viva* (1991) n. 152, pp. 157-194.

[9] "Unos ven en ella una simple operación psicológica, otros un esfuerzo de concentración para llegar a un vacío mental. Otros la reducen a actitudes y palabras rituales. En el inconsciente de muchos cristianos, orar es una ocupación incompatible con todo lo que tienen que hacer: no tienen tiempo. Hay quienes buscan a Dios por medio de la oración, pero se desalientan pronto porque ignoran que la oración viene también del Espíritu Santo y no solamente de ellos" (n. 2726).

[10] "Lo verdadero sería sólo aquello que se puede verificar por la razón o la ciencia (ahora bien, orar es un misterio que desborda nuestra conciencia y nuestro inconsciente); es valioso aquello que produce y da rendimiento (luego, la oración es inútil, pues es improductiva); el sensualismo y el confort adoptados como criterios de verdad, de bien y de belleza (y he aquí que la oración es "amor de la Belleza absoluta [philocalía], y sólo se deja cautivar por la gloria del Dios vivo y verdadero; y por reacción contra el activismo, se da otra mentalidad según la cual la oración es vista como posibilidad

– experiencia de los propios fracasos en la oración[11].

* * *

De la cultura del valor y dignidad del individuo como persona a una cultura del individualismo o individualista

A lo dicho anteriormente hay que añadir otra dificultad importante para la actual vivencia de la oración: *el individualismo* que se vive hoy como una realidad cultural. A partir sobre todo de los siglos XV-XVI, ha ido creciendo en nuestro mundo occidental la cultura del aprecio y valor del hombre individuo. Lo cual en sí es algo muy positivo. Pero, junto a ello, ha ido creciendo cierta cultura que podríamos llamar *individualista*, que además de considerar al hombre como el centro supremo de todo cuanto existe, ha llevado a éste a tener actitudes más egocentristas que de comunión con los demás: es decir, menos colectivistas y, en parte, menos solidarias que en siglos anteriores. El ideal sería cada vez tener menos necesidad de los demás y, por lo tanto, de Dios, y vivir dedicados a sí mismos y los propios impulsos y deseos. Es decir, los demás existen para mí en la medida en que me interesan.

De hecho, el hombre nacido de la cultura así llamada moderna –no siempre en el caso de la actual cultura postmoderna y, sobre todo, en el ámbito de cierta cultura actual solidaria– es alguien que cada vez cree más en sí mismo y cada vez siente menos la necesidad de los otros: incluido Dios o lo trascendente.

Este hombre individualista es el que ha intentado ir echando, cada vez más, a Dios de nuestro mundo y de nuestra sociedad. Y aquí se junta este discurso con el que hacíamos un poco más arriba de las críticas del actual mundo secularizado a toda fe y práctica religiosa. Más allá del mundo humano, material y constatable a través de la así llamada ciencia experi-

---

de huir de este mundo (pero la oración cristiana no puede escaparse de la historia ni divorciarse de la vida)" (n. 2727).

[11] "Desaliento ante la sequedad, tristeza de no entregarnos totalmente al Señor, porque tenemos muchos bienes (cf. Mc 10,22); decepción por no ser escuchados según nuestra propia voluntad; herida de nuestro orgullo que se endurece en nuestra indignidad de pecadores, alergia a la gratuidad de la oración... La conclusión es siempre la misma: ¿Para qué orar?" (n. 2728).

mental, no habría nada más que superstición. Hoy día, se dice, el hombre no necesita acudir a lo sobrenatural para solucionar sus problemas.

Es verdad que, al menos aparentemente, son cada día menos las necesidades humanas que se remedian con la oración. Pero el problema más grave es que el hombre —que ya de por sí es individualista y tiende, por principio, a cerrarse al diálogo interpersonal, a toda relación con los demás que no sea interesada, es decir, que sea gratuita—, se siente en esto respaldado por la actual cultura occidental.

Si al hombre ya no le interesa, pues, la oración, el trato con Dios, es porque no le parece rentable para sí como antes. O, lo que es casi peor, se llega a escoger para el cultivo de la propia persona, del propio yo, fórmulas que en algunas tradiciones antiguas eran consideradas como camino de comunión con la divinidad, con lo trascendente.

Fruto en parte del individualismo del que venimos hablando, es la actual *cultura consumista*. Esta es una dificultad más con la que se encuentra hoy día el hombre adulto: que acentúa su natural tendencia a dejarse llevar por el *aturdimiento existencial entre las cosas* más materiales, inmediatas y sensibles, olvidándose de abrir el alma a esas otras dimensiones que están más allá de lo más aparente, sensible e inmediato.

Por último, el individualismo ha llevado también al hombre, aun con la mejor intención, a pensar que se puede vivir una relación con Dios sin cultivar una *relación de escucha y de acogida* no egoísta de los otros, de los prójimos. La misma fe cristiana en estos siglos ha tomado con frecuencia los tintes de una espiritualidad y religiosidad más individualista que eclesial y comunitaria.

Para orar, ciertamente, lo primero es la fe en aquel a quien se ora. Pero no se puede ignorar que hay una estrecha relación entre la capacidad de acoger y entrar en diálogo con los demás y la capacidad de acoger y entrar en diálogo con Dios. El Dios de quien no ejercita la capacidad de diálogo con el prójimo será un Dios hecho muy a imagen y semejanza de aquel que dice estar orando, pero no será el Dios trascendente, vivo y verdadero. Al menos no será el Dios de Jesucristo [12].

[12] Cf. M. Estradé, *En torno a la oración* (Madrid, Narcea, 1977). Toda la obra va en la línea arriba indicada, como se puede ver por los títulos de los capítulos: 1. "Condicionamientos del hombre que ora", 25-40; 2. "La capacidad de relación, ayuda para la oración", 41-60; 3. "Oramos según lo que somos", 61-70; 4. "La oración dispone para la relación", 81-89; 5. "La oración, obra de reconciliación consigo mismo", 91-

2. *La nueva búsqueda religiosa*

A pesar de las dificultades que el hombre de hoy puede encontrar en su camino oracional, hay que reconocer que, desde hace ya alguna década, se están dando, entre nosotros, fenómenos que indican una nueva búsqueda religiosa, o grupos que se autoproclaman como buscadores de ciertos valores tradicionalmente muy unidos a los fenómenos religiosos: una cierta nueva búsqueda de lo trascendente, si no propiamente de Dios y de la divinidad. Junto al fenómeno más global de la Nueva Era, hay que mencionar también otros tan concretos como el redescubrimiento religioso del Oriente asiático y la actual proliferación de sectas de todo tipo, que indican igualmente la sed y necesidad que el hombre tiene de una cierta relación con lo trascendente: algo que, a su vez, dé un sentido profundo y último a su propia vida [13].

La Nueva Era, entre otras cosas, intenta decir al hombre que no vive solo en el mundo; que vive en un mundo en el que hay que buscar afanosamente una sintonía con todo cuanto existe, con aquellas realidades y fuerzas internas y externas que nos rodean y envuelven. El peligro para un cristiano es que no se trata aquí casi nunca de proponer una verdadera oración teologal cristiana, es decir, que nazca y se alimente de la fe en el Dios de Jesús. Aunque se hable de la experiencia de perderse en lo infinito y trascendente, que es el lugar de nuestro origen y verdadera identidad —de donde nace la verdadera fuerza interior—, en el fondo se trata más bien de una visión fundamentalmente cosmológica y más antropocéntrica que nunca. En este sentido, sus propuestas son tomadas a veces por algunos como dietas de salud mental, al igual que se proponen hoy también dietas mágicas de salud física, agilidad y belleza corporal.

101; 6. "La oración, respuesta a la realidad de los demás", 103-115; 7. "La oración y el amor a los enemigos", 117-130.

[13] Ante todas estas realidades actuales y ante la necesidad sentida de establecer una línea de posible encuentro y diálogo con todas ellas, el discípulo predilecto de K. Rahner en temas de espiritualidad, Josef Sudbrack, a finales de los años ochenta (1988) publicó el interesante libro titulado *La nueva religiosidad. Un desafío para los cristianos* (Madrid, San Pablo, 1990). En esta misma línea de acoger los desafíos que suponen hoy las sectas y la Nueva Era para los cristianos, en las Navidades de 1990, el Cardenal de Malinas, G. Danneels, escribió una carta pastoral, a la que dio el sugerente título de *Cristo o el Acuario*, cuyo texto se publicó después en castellano como *Cristo y las sectas hoy* (Madrid, Palabra, 1992).

Las propuestas de la Nueva Era por sí solas no puede ser consideradas como un camino de redescubrimiento y práctica de la oración, al menos de la oración cristiana, aunque tengan ciertas prácticas y estilos en común con algunas formas de orar de las grandes religiones y del cristianismo.

Parecidas reservas hay que señalar en algunos casos respecto de las técnicas orientales asiáticas de concentración e interiorización. En nuestros día no faltan, de hecho, quienes caen en la creencia de que para orar en cristiano lo mejor es practicar sin más ciertos métodos de concentración-meditación propuestos por las grandes espiritualidades orientales no cristianas [14].

Considerando ahora el ámbito más propiamente católico, hay que señalar que, desde hace algunas décadas abundan entre nosotros grupos, revistas, talleres, etc. que intentan ir al encuentro de la necesidad que muchos cristianos sienten de aprender a orar, de aprender a orar mejor, o de encontrar un clima adecuado en el que iniciarse y vivir la experiencia de la oración cristiana [15]. A esto hay que añadir el redescubrimiento, también en estos años, de la oración o religiosidad popular: tan alabada ahora, pero despreciada por muchos hace sólo algunas décadas [16].

En los primeros años setenta, los obispos franceses —en un volumen que titularon *Una Iglesia que celebra y ora* (Santander, Sal Terrae, 1976) [17]— estuvieron entre los primeros que señalaron el hecho de un

---

[14] Precisamente esto fue lo que motivó la carta de la Congregación para la Doctrina de la Fe, *Orationis formas,* de 15 de octubre de 1989, sobre la oración y la meditación cristiana. El texto y comentarios a dicha carta se pueden ver, entre otros, en: Congregación para la Doctrina de la Fe, *La meditación cristiana* (Madrid, Palabra, 1994); J. Castellano, *Pedagogía de la oración cristiana* (Barcelona, CPL, 1996) (especialmente pp. 37-43, 95-104, 215-232).

[15] Para una visión panorámica de lo que están siendo las tendencias actuales en el mundo de la práctica oracional, cf. J. Castellano, *Pedagogía de la oración cristiana,* o. c., cap. 1 "Tendencias actuales en el campo de la oración", 15-35.

[16] Esta recuperación ha sido sancionada incluso a escala oficial. En la Iglesia española, cf., por ejemplo, el Directorio Litúrgico-Pastoral del Secretariado Nacional de Liturgia, titulado *Liturgia y piedad popular* (Madrid, PPC, 1989), que es, a su vez, desarrollo de otro documento anterior de la Comisión Episcopal de Liturgia *(Evangelización y renovación de la piedad popular)* publicado con fecha del 2 de febrero de 1987.

[17] El volumen recoge las aportaciones de Mons. Robert Coffy, por una parte, y de Paul Valadier y Jean Streiff, por otra, a la Asamblea Plenaria del Episcopado Francés (Lourdes, 1973).

nuevo renacimiento espiritual y búsqueda de la oración entre los más jóvenes. Subrayaron, sobre todo, la búsqueda en la oración de dos elementos: la gratuidad y la fiesta.

Sin duda, a nuestra oración tradicional le ha faltado bastante de esas dos dimensiones señaladas por el episcopado francés. Dichos elementos son muy importantes en sí y para la sensibilidad del hombre de hoy. Hay que evitar, sin embargo, el peligro de lo que se ha dado en llamar la búsqueda de la oración fácil [18]. Contra ese mito algunos autores han querido subrayar, en el título mismo de sus libros, la otra cara de la moneda: la oración difícil y tentada [19].

Ciertamente, frente a los que venden una oración fácil, hay que recordar que la oración, desde sus mismas raíces, arrastra consigo la tentación. En primer lugar, la tentación de no orar como conviene (cf. Rom 8,26-27), sino como a uno le nace de su propio modo y estilo de ser. Y además la tentación de pensar que la oración es el camino de subirse a las barbas de Dios y obtener todos los propios deseos: porque Dios no puede querer y desear otra cosa distinta de que la que nosotros queremos.

Por otra parte, no hay que olvidar que al hombre no le es fácil superar la trascendencia de Dios: a veces experimentada como desinterés, ausencia y silencio por parte de Dios y, a veces, como actitud de un Dios que parece tiránico y caprichoso con nosotros. Tampoco es fácil al hombre aceptar la propia condición y realidad humana, que tan fuertemente se siente en el silencio interior y soledad existencial de determinadas formas y etapas de la vida de oración. Por todos estos motivos, la oración es un instrumento privilegiado de purificación de nuestra fe en Dios y de nuestra relación con él. Ésta se purifica al mismo tiempo que se va purificando

---

[18] Esta corriente se manifiesta, a veces, en los títulos de algunas publicaciones: cf. Louis-Albert Lassus, *La fiesta de la plegaria* (Madrid, Narcea, 1989); A. Ichiro Okumura, *El placer de orar. Encanto del alma japonesa* (Burgos, Monte Carmelo, 1990). No quiero decir con esto que estas dos obras sean irresponsables o superficiales. Todo lo contrario. La idea central del libro de Lassus es que la oración tiene también su lado festivo que hay que recuperar, superando hieratismos y espíritu de tragedia, que hacen mortecina la oración. Por su parte, el carmelita japonés A. Ichiro Okumura intenta ayudarnos a descubrir, desde su tradición oriental y desde la reflexión de la fe, los aspectos más positivos y humanizadores de la práctica de la oración.

[19] Cf. J. M. Lozano, *Orar aunque la puerta parezca cerrada. Naturaleza y etapas de la oración* (Madrid, Publicaciones Claretianas, 1989); A. Guerra, *La oración tentada* (Santo Domingo-Burgos, Edeca-Monte Carmelo, 1995) (Publicado antes como número monográfico en la revista *Espíritu y Vida* II [1995] 4, pp. 7-123).

nuestra oración, y al revés, como nos recuerda Juan de la Cruz en su importantísima obra *Noche oscura* (cf. libro 1, caps. 8-10). De hecho, perseverar en la oración no fue fácil ni siquiera para Teresa de Jesús, a quien hoy reconocemos como maestra consumada de oración (cf. *Vida,* caps. 4-11).

Más allá del puro entusiasmo, y frente a las dificultades y tentaciones de la oración, el *Catecismo de la Iglesia Católica* recomienda:

- la necesidad de una humilde vigilancia;
- confianza filial en el amor de Dios y en la eficacia de la oración, incluso cuando nos surge la queja interior por una oración aparentemente no escuchada;
- y, finalmente, una oración perseverante, vivida a lo largo de la vida como actitud de amor y respuesta generosa al amor de Dios[20].

V. DEL ENCUENTRO CONSIGO MISMO AL ENCUENTRO CON DIOS

El discurso expuesto más arriba sobre el individualismo como realidad negativa para la oración, no nos impide ahora que nos fijemos en la capacidad que tiene el hombre de encontrarse consigo mismo, es decir, la capacidad de hacerse presente a uno mismo, como condición importantísima de toda oración. Sin esta actitud no puede haber verdadera oración, porque no hay verdadero acto humano consciente. En este sentido, no sólo las religiones, sino también las grandes filosofías defienden la necesidad que tiene el hombre para ser persona, de vivir momentos de encuentro consigo mismo y de reflexión, porque lo que no pasa por ahí deshumaniza la vida[21].

[20] Cf. nn. 2729-2745. Segundo Galilea, en su obra *Tentación y discernimiento* (Madrid, Narcea, ^{2}1991), dedica un capítulo a lo que llama "Los demonios de la oración" (pp. 69-113). Serían éstos: "No motivarse suficientemente". "Despersonalizar la oración". "Secularizar la oración". "No integrarse profundamente". "No interesarse en progresar". "No alimentar la fe". "Descuidar la humanidad de Cristo". "Poner la cantidad sobre la calidad". "Descuidar los tiempos fuertes". "Separar oración y coherencia de vida". "Separar la oración del bien de los otros". "No orar porque se es indigno". "El desánimo". "Medir la eficacia por la experiencia". "No poner la sensibilidad en su lugar". "Buscar la calidad de la oración donde no está". "Discernir mal el uso de los métodos". "Confundir oración con contemplación humana". "Descuidar el estilo de vida". "No mantener las dos formas de oración (la personal y la oración en común)". "No ayudarse con otras personas".

[21] Hace ya algunos años Nicolás Caballero, en su amplia obra en seis volúmenes

Podemos decir que la vida humana tiene un doble ritmo: *hacia fuera y hacia dentro*. O, lo que es lo mismo, el hombre necesita tanto la asimilación e interiorización de valores como la expresión de sí mismo hacia fuera en la creatividad, la relación y la encarnación en el mundo circundante. La oración se encuentra dentro del movimiento de interiorización o *hacia dentro* que hemos mencionado. Aunque, para que sea verdadera oración ese ir hacia dentro, hacia la interioridad del ser, hace falta algo más que el puro estar concentrados en uno mismo, o la pura reflexión, o el puro pensar en sí mismo o en Dios.

Para orar, pues, ha de darse, a su vez, un doble movimiento: primero, de *concentración* o encuentro consigo mismo, y, después, de *apertura* a la comunion con aquel o aquello que nos trasciende. Para un cristiano, Dios: el Dios de Jesús. Ambos movimientos anímicos son necesarios, porque sabido es que el hombre se concentra muchas veces para otro tipo de tareas humanas: el estudio, la planificación, etc.

1. Por muchos caminos puede el hombre vivir ese *encuentro consigo mismo que es camino de oración*. Todas las formas de oración tienen mucho de método para ayudar al hombre a concentrarse y al mismo tiempo poner su pensamiento y corazón en Dios. En el pasado, y en las grandes religiones, se han desarrollado métodos especiales de concentración anímica, recogimiento, etc., hoy en día muy en boga en ciertos ambientes.

Como dije más arriba, al niño le resulta relativamente fácil la oración, porque le resulta relativamente fácil la concentración, además de que le resulta más fácil acoger la presencia amiga de Dios. Sin embargo, el hombre adulto, y más el adulto moderno, sufre sin querer toda una *presión disgregadora* que le dificulta el normal desarrollo de esta capacidad, sobre todo en el campo de la oración, que supone un *plus* de concentración en algo que *no entra por nuestros sentidos* exteriores.

A pesar de todo, la toma de conciencia, por ser una capacidad propia del hombre, es clave en todo verdadero desarrollo y proceso de humaniza-

---

sobre la oración, *El camino de la libertad*, puso a los dos primeros los siguientes títulos significativos: vol. 1, *Una sociedad de sonámbulos satisfechos* (Valencia, Edicep, 1975); vol. 2, *Para ser personas es necesario el silencio* (Valencia, Edicep, 1976); cf. también M. Estradé, *En torno a la oración*, o. c.; A. Grün, *La oración como encuentro*, o. c.

ción. Y es, por lo mismo, esencial para la vivencia y el proceso de madurez en la fe y en la comunión con Dios. De ahí la importancia y función que a la oración conceden todas las religiones, incluida, como no podía ser menos, el cristianismo.

2. Pero, para que haya verdadera oración hace falta algo más: *la apertura existencial, mental y de corazón al Otro, a Dios*. Los antiguos decían que para que hubiera verdadera oración había que pasar de lo exterior a lo interior, y de lo interior a lo trascendente. Este movimiento que también podemos llamar, pues, *hacia arriba,* es el que convierte en oración la pura concentración, recitación, meditación o contemplación humana.

Este doble movimiento —hacia dentro y hacia arriba— se ha de dar siempre en toda oración verdadera. En la medida en que no se da, la oración deja de ser verdaderamente tal. De ahí que muchos espacios que consideramos de oración, no lo sean en realidad. Por eso mismo es necesario, cada vez más, una reeducación para aprender a vivir ambas dimensiones en las más variadas formas de oración.

3. La conjunción entre encuentro consigo mismo y apertura a Dios, a lo trascendente, permite al hombre no sólo interiorizar verdades puramente intelectuales respecto de Dios o respecto de nuestra propia condición —como en el campo simplemente de la pura reflexión humana— sino también en un nivel humano más global:

a) con el aumento de la conciencia de la presencia de Dios[22], crece en el conocimiento de sus caminos y designios;

b) y, desde esa mayor iluminación existencial que viene de arriba, a su vez se le abre todo un camino para comprenderse mejor a sí mismo y su propia realidad personal e histórica.

Para ello, sin embargo, es necesario que el hombre quiera y sepa poner todo su ser ante Dios (con tal de que sea una concentración no puramente mental), en la mayor conciencia de uno mismo[23].

---

[22] Cf. J. Martín Velasco, "Reconocer una Presencia en el espesor de la vida", en su libro *Invitación a orar* (Madrid, Narcea, 1993) 11-23. Es éste un libro con una marcada insistencia en lo que estamos diciendo arriba en el texto.

[23] Lo que aquí hemos indicado como actitud de interiorización y trascendimiento hacia Dios, siguiendo cierta tradición más bien latina-occidental, Jean Lafrance, en la

4. Pero, si la experiencia de oración se queda sólo en un camino de interiorización y de apertura a la trascendencia, le falta algo muy importante para ser cristiana. No hay que olvidar que una de las grandes tentaciones que tiene el hombre así llamado religioso y espiritual es la del replegamiento sobre sí mismo, con la excusa de encontrar y encontrarse con Dios, con la divinidad. En el camino que va del encuentro consigo mismo al encuentro con Dios, y en ese diálogo de comunión entre el hombre y Dios, hay algo que un cristiano no puede nunca olvidar: son los otros, los demás, como ya dije más arriba.

La oración cristiana, que por esencia no sólo es personal e individual, sino también comunitaria y solidaria, supone, por lo tanto, un ulterior esfuerzo de trascendencia: el de *trascenderse a sí mismo para abrirse a los hermanos*[24]. Quien anímicamente va sólo hacia el encuentro con Dios, guiado por sus propios impulsos e intereses, si se encuentra con el Dios de Jesús, necesariamente encontrará en él y con él a toda la humanidad, a toda la familia de Dios. No sólo la humanidad glorificada de los santos, sino también toda la humanidad que camina en este mundo. Así, cuando creíamos que habíamos salido del mundo para encontrarnos a solas con Dios, resulta que Dios nos hace mirar al mundo. Porque los hermanos son uno de los caminos más importantes a través de los cuales Dios nos habla e interpela en la oración, al igual que en otros momentos de la vida[25].

---

primera parte de su libro *El poder de la oración* (Madrid, Narcea, 1982), lo indica como una actitud de bajar hasta lo más profundo de nuestro ser de criaturas y condición de pecadores, y no desesperar, sino esperar con paciencia la bajada amorosa, salvadora, del Dios de Jesús hasta esas profundidades de nuestro ser. En esto Lafrance sigue cierta tradición oriental cristiana, fraguada principalmente en la llamada oración del corazón u oración de Jesús (cf. Primera parte: "Desde lo hondo, grito a ti", 15-80). No hay que olvidar, sin embargo, que un místico tan importante de la tradición occidental como es San Juan de la Cruz también habla, en *Llama de amor viva*, de esa bajada salvadora de Dios a "las profundas cavernas del sentido, que estaba oscuro y ciego" (3,18-76).

[24] O. González de Cardedal señala el "Distanciamiento e insolidaridad respecto del prójimo" entre las "Actividades opuestas o imposibilitadoras de la actitud religiosa". Esta actitud la suma a las ya tradicionales: "El divertimiento o lejanía de sí mismo", "El aturdimiento entre las cosas" y "El ensoberbecimiento, la clausura frente a Dios o su rechazo" (cf. *Ética y religión* [Madrid, Cristiandad, 1977] 104-118).

[25] A. Guerra titula muy acertadamente "Los caminos por los que Dios nos ora" uno de los capítulos de su libro *Oración cristiana. Sociología-Teología-Pedagogía,* o. c., 99-126.

Por otra parte, cada día son más los maestros espirituales que insisten en que, lejos de haber una oposición entre oración y preocupación por los demás, como a veces se decía en el pasado, si se mira bien, los hermanos nos ayudan a orar, porque nos ayudan a hacer una oración y a pretender un trato de amistad con Dios menos egoísta y más solidario[26]. De ahí también el valor que tiene para el cristiano la oración comunitaria como expresión suprema de la comunidad de los hijos de Dios[27]. No se trata ciertamente de modernidades, sino de la experiencia de muchos de los mejores orantes e hijos de la Iglesia, ya desde sus orígenes, aunque no siempre dicha experiencia haya pasado a los libros y tratados espirituales.

Para concluir quiero citar un texto de San Ambrosio que tiene muchas cosas en común con lo que hemos venido diciendo más arriba:

> Se te dice también que has de orar especialmente por el pueblo de Dios, es decir, por todo el cuerpo, por todos los miembros de tu madre, la Iglesia, que viene a ser como un sacramento del amor mutuo. Si sólo ruegas por ti, también tú serás el único que suplica por ti. Y, si todos ruegan solamente por sí mismos, la gracia que obtendrá el pecador será, sin duda, menor que la que obtendría del conjunto de los que interceden si éstos fueran muchos. Pero, si todos ruegan por todos, habrá que decir también que todos ruegan por cada uno. Concluyamos, por tanto, diciendo que, si oras

---

[26] Cf. J. A. Estrada, *Oración: liberación y compromiso de fe,* o. c., 253-299, en las que hace una buena síntesis de lo que son algunos de los planteamientos actuales más importantes al respecto. Con frecuencia, hoy día asistimos a una nueva sensibilidad oracional solidaria, que se manifiesta en una actitud que prefiere hablar más que de *orar por,* de *orar desde* la realidad de los otros, nuestros hermanos los hombres, especialmente los que más sufren o necesitan nuestro amor y nuestra cercanía, expresada también en la oración. Valgan los siguientes títulos, a modo de ejemplo: J. B. Metz / K. Rahner, *Invitación a la oración. Solidaridad en el dolor y en el compromiso* (Santander, Sal Terrae, 1979); V. Codina, "Aprender a orar desde los pobres": *Concilium* (1982) n. 179, pp. 306-313.

[27] Cf. F. Finkler indica tres dificultades para la oración comunitaria: individualismo, presunción y rutina (cf. *Cuando el hombre ora...* [Madrid, Ed. Paulinas, 1981] 69-71). Más adelante el mismo autor dedica un amplio capítulo a las características de la oración comunitaria, cf. pp. 137-177; J. Castellano, refiriéndose a la oración comunitaria, con sus ventajas y riesgos, habla de "una nueva psicología eclesial" (cf. *Pedagogía de la oración cristiana* [Barcelona, CPL, 1996] cap. 3, "La oración comunitaria", 121-132); Anselm Grün, por su parte, en *La oración como encuentro,* o. c., prefiere escoger para este tema el título siguiente: "La oración recíproca" (pp. 65-75); cf. también el reciente libro de L. Albar, *Parroquia, comunidad orante* (Barcelona, CPL, 1997) en el que el autor intenta ayudarnos a saber integrar evangelización, parroquia-comunidad y oración personal y comunitaria.

solamente por ti, serás, como ya hemos dicho, el único intercesor en favor tuyo. En cambio, si tú oras por todos, también la oración de todos te aprovechará a ti, pues tú formas también parte del todo. De esta manera, obtendrás una gran recompensa, pues la oración de cada miembro del pueblo se enriquecerá con la oración de todos los demás miembros. En lo cual no existe ninguna arrogancia, sino una mayor humildad y un fruto más abundante[28].

[28] San Ambrosio, *Sobre Caín y Abel.* Libro 1, 9, 38-39.