

# Huimos de la oración porque tenemos miedo

Sobre la oración

---



Colección +breve  
Más títulos en [masclaro.org/+breve](https://masclaro.org/+breve)



Mucha gente siente hoy esta llamada del Espíritu a la oración, y cuando uno entra en este camino las consecuencias son muy positivas.

## Psicología y sentimientos

---

La oración no es algo puramente psicológico, porque tiene consecuencias. Si permanecemos fieles a la oración, poco a poco nos volvemos más apacibles, más delicados, más atentos a los demás: comunicamos la paz de Dios.

Para vivir una vida cristiana plena es necesaria una relación de corazón con Dios. No es una cuestión de técnicas: una oración buena es la que nos hace encontrar a Dios y poco a poco nos transforma interiormente.

La base de la relación con Dios es la fe, es decirle “Señor, no siento gran cosa, pero creo aún así con todo mi corazón que estás aquí”. Cuando estás en esta actitud Él trabaja en ti aunque sea de manera secreta o profunda: con el tiempo verás los frutos.

**Es cierto que gracias a la oración uno puede llegar a sentir –a percibir sensiblemente– la presencia de Dios. No pasa siempre. Muchas veces despreciamos los sentimientos y nos quedamos en un plano más frío, más intelectual. La oración como acto de fe no se basa ni en los sentimientos ni en el intelecto**

## No somos autosuficientes

---

Rezar es reconocernos humildes, darnos cuenta de que no somos autosuficientes: es un acto de esperanza simple pero precioso y lleno de valor.

Cuanto más entramos en la luz de Dios, más vemos nuestra miseria, nuestros límites, nuestra dureza de corazón. No es algo agradable, pero es bueno para ser humildes. Por eso mucha gente tiene miedo de la oración, miedo del silencio,

**La oración no tiene una técnica infalible: las mismas acciones no dan siempre los mismos resultados. Esto es así porque en la oración siempre dependemos de Dios, y a Él no podemos controlarle**

de la soledad: tenemos miedo a encontrarnos a nosotros mismos. Ahí es cuando la práctica de la esperanza es importante.

Si entramos en esta actitud de humildad y esperanza, rápidamente Dios vendrá a consolarnos y nos dará la paz. A veces tarda un poco, pero Dios es fiel.

**Lo que está claro es que la oración requiere tomar un tiempo, y cuanto más mejor. Se trata de reservar un momento del día y consagrarlo a Dios**

### **El sufrimiento de los seres queridos**

---

Aunque se rece en sequedad, el deseo de amar sigue en el centro de toda oración, le da todo su valor y atrae el amor de Dios. Poder rezar los unos por los otros es un consuelo mucho mayor de lo que podemos imaginar.

La oración nos transforma, dulcifica nuestro corazón: si soy fiel a la oración, me vuelvo más humilde, más dulce, más misericordioso, más atento a no juzgar, porque me doy cuenta de mi propia miseria.

**Nos ayuda con el mayor sufrimiento que puede haber en la vida: ver sufrir a alguien amado y no poder hacer nada por él. Ante esta impotencia, siempre nos queda la oración. Cuando rezo por alguien sé que Dios escucha mi oración y que le ayudará**

### **Dios mira con amor**

---

Es importante reconocer que en esta relación quien ama primero es Dios. Es importante dar mi amor a Dios, pero lo es incluso más acoger su amor. Es creer que Dios te mira con una mirada de amor tal que no importan ni tu indignidad ni tu pobreza.

**Podemos decirle a Dios: “Aunque durante este tiempo yo no haya hecho nada, Tú sí: me has mirado y me has amado. Gracias”. Siempre hay que salir contento de la oración, y es algo que han tenido que aprender incluso los santos**

## Las operaciones más profundas

---

No podemos dudar de la fidelidad de Dios, de su misericordia. No creo que el pecado nos aleje siempre de la oración, sino que muchas veces es al contrario: nos obliga a rezar. Dios se sirve de todo

Yo creo que el pecado más grave es la incredulidad, la desesperanza, la falta de confianza en Dios. El demonio es muy inteligente: a veces caemos en una falta y nos dice “no reces, escóndete, no puedes presentarte así ante Dios, eres demasiado horrible”. Y precisamente por eso hemos de rezar, ¿dónde voy a curarme si no en los brazos de Dios?

**Hay etapas en nuestra vida llenos de pobreza e impotencia en los que todo nos sobrepasa y lo único que queda es abandonarnos, dejarnos caer en los brazos del Padre. Estos son los momentos que usa Dios para sus operaciones más profundas y más positivas, aunque no veamos los frutos hasta más tarde**

## Los métodos de la oración

---

El método tradicional de la Iglesia desde siempre es partir de la Palabra de Dios para iluminar la oración.

También la meditación es un método tradicional. No consiste en pensar mucho, sino en ponerse en buena disposición ante Dios. Si al meditar sobre un texto, hay algo que te toca especialmente, quédate en eso: tal vez repetirlo o dar vueltas sobre ese punto.

Formas más simples de oración como el rosario, nos pueden ayudar también. Cuando no logro recogerme y centrarme o estoy muy cansado, a veces cojo el rosario. A lo mejor estoy distraído con la cabeza, pero no es importante. La presencia de María tranquiliza mi espíritu y me pone en presencia del Señor.

**De lo que se trata es que cada vez sea menos una oración de pensamiento, de cabeza, y cada vez más una oración de corazón, que se abra a Dios, en una apertura y abandono que hace que la oración sea profunda**