➤ *La oración es luz del alma. Vida de oración.*

❖ **Cfr. San Juan Crisóstomo**

Viernes de ceniza - De las homilías de san Juan Crisóstomo (347-407), Patriarca de Constantinopla, Padre de la Iglesia (Suplemento, Homilía 6 sobre la oración: PG 64, 462-466)

○ **La oración es luz del alma**

- **La oración equivale a una íntima unión con Dios, que ilumina al alma con su inefable luz**

El sumo bien está en la plegaria y en el diálogo con Dios, porque equivale a una íntima unión con él: y así como los ojos del cuerpo se iluminan cuando contemplan la luz, así también el alma dirigida hacia Dios se ilumina con su inefable luz. Una plegaria, por supuesto, que no sea de rutina, sino hecha de corazón; que no esté limitada a un tiempo concreto o a unas horas determinadas, sino que se prolongue día y noche sin interrupción.

- **Todas nuestras obras, condimentadas con la sal del amor de Dios, se convierten en alimento para el Señor**

Conviene, en efecto, que elevemos la mente a Dios no sólo cuando nos dedicamos expresamente a la oración, sino también cuando atendemos a otras ocupaciones, como el cuidado de los pobres o las útiles tareas de la munificencia, en todas las cuales debemos mezclar el anhelo y el recuerdo de Dios, de modo que todas nuestras obras, como si estuvieran condimentadas con la sal del amor de Dios, se conviertan en un alimento dulcísimo para el Señor. Pero sólo podremos disfrutar perpetuamente de la abundancia que de Dios brota, si le dedicamos mucho tiempo.

- **La oración de verdad, inefable piedad concedida por la gracia divina, abraza a Dios, es riqueza inagotable, alimento que satura el alma**

La oración es luz del alma, verdadero conocimiento de Dios, mediadora entre Dios y los hombres. Hace que el alma se eleve hasta el cielo y abraza a Dios con inefables abrazos, apeteciendo la leche divina, como el niño que, llorando, llama a su madre; por la oración, el alma expone sus propios deseos y recibe dones mejores que toda la naturaleza visible.

Pues la oración se presenta ante Dios como venerable intermediaria, alegra nuestro espíritu y tranquiliza sus afectos. Me estoy refiriendo a la oración de verdad, no a las simples palabras: la oración que es un deseo de Dios, una inefable piedad, no otorgada por los hombres, sino concedida por la gracia divina, de la que también dice el Apóstol: *Nosotros no sabemos pedir lo que nos conviene, pero el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos inefables* (cfr. Romanos 8, 26b).

El don de semejante súplica, cuando Dios lo otorga a alguien, es una riqueza inagotable y un alimento celestial que satura el alma; quien lo saborea se enciende en un deseo indeficiente del Señor, como en un fuego ardiente que inflama su alma.

Cuando quieras reconstruir en ti aquella morada que Dios se edificó en el primer hombre, adórnate con la modestia y la humildad y hazte resplandeciente con la luz de la justicia; decora tu ser con buenas obras, como con oro acrisolado, y embellecélo con la fe y la grandeza de alma, a manera de muros y piedras; y, por encima de todo, como quien pone la cúspide para coronar un edificio, coloca la oración, a fin de preparar a Dios una casa perfecta y poderle recibir en ella como si fuera una mansión regia y espléndida, ya que, por la gracia divina, es como si poseyeras la misma imagen de Dios colocada en el templo del alma.

❖ **San Josemaría Escrivá**

Es Cristo que pasa, 119

○ **Vida de oración**

Una oración al Dios de mi vida (Salmo 41,9). Si Dios es para nosotros vida, no debe extrañarnos que nuestra existencia de cristianos haya de estar entretejida en oración. Pero no penséis que la oración es un acto que se cumple y luego se abandona. El justo *encuentra en la ley de Yavé su complacencia y a acomodarse a esa ley tiende, durante el día y durante la noche* (Salmo 1,2). Por la mañana pienso en ti (Cfr. Salmo 42,7); y, por la tarde, se dirige hacia ti mi oración como el incienso (cfr. Salmo 140,2). Toda la jornada puede ser tiempo de oración: de la noche a la mañana y de la mañana a la noche. Más aún: como nos recuerda la Escritura Santa, también el sueño debe ser oración (cfr. Deuteronomio 6, 6 y 7).

Recordad lo que, de Jesús, nos narran los Evangelios. A veces, pasaba la noche entera ocupado en coloquio íntimo con su Padre. ¡Cómo enamoró a los primeros discípulos la figura de

Cristo orante! Después de contemplar esa constante actitud del Maestro, le preguntaron: *Domine, doce nos orare* (Lucas 11,1) , Señor, enséñanos a orar así.

San Pablo —*orationi instantes* (Romanos 12,12), en la oración continuos, escribe— difunde por todas partes el ejemplo vivo de Cristo. Y San Lucas, con una pincelada, retrata la manera de obrar de los primeros fieles: *animados de un mismo espíritu, perseveraban juntos en oración* (Hechos 1,14).

El temple del buen cristiano se adquiere, con la gracia, en la forja de la oración. Y este alimento de la plegaria, por ser vida, no se desarrolla en un cauce único. El corazón se desahogará habitualmente con palabras, en esas oraciones vocales que nos ha enseñado el mismo Dios, *Padre nuestro*, o sus ángeles, *Ave María*. Otras veces utilizaremos oraciones acrisoladas por el tiempo, en las que se ha vertido la piedad de millones de hermanos en la fe: las de la liturgia —*lex orandi*—, las que han nacido de la pasión de un corazón enamorado, como tantas antífonas marianas: *Sub tuum praesidium...*, *Memorare...*, *Salve Regina...*

En otras ocasiones nos bastarán dos o tres expresiones, lanzadas al Señor como saeta, *iaculata*: jaculatorias, que aprendemos en la lectura atenta de la historia de Cristo: *Domine, si vis, potes me mundare* (Mateo 8,2), Señor, si quieres, puedes curarme; *Domine, tu omnia nosti, tu scis quia amo te* (Juan 21, 17), Señor, Tú lo sabes todo, Tú sabes que te amo; *Credo, Domine, sed adiuva incredulitatem meam* (Mateo 9,23), creo, Señor, pero ayuda mi incredulidad, fortalece mi fe; *Domine, non sum dignus* (Mateo 8,8), ¡Señor, no soy digno!; *Dominus meus et Deus meus* (Mateo 20, 28), ¡Señor mío y Dios mío!... U otras frases, breves y afectuosas, que brotan del fervor íntimo del alma, y responden a una circunstancia concreta.

La vida de oración ha de fundamentarse además en algunos ratos diarios, dedicados exclusivamente al trato con Dios; momentos de coloquio sin ruido de palabras, junto al Sagrario siempre que sea posible, para agradecer al Señor esa espera —¡tan solo!— desde hace veinte siglos. Oración mental es ese diálogo con Dios, de corazón a corazón, en el que interviene toda el alma: la inteligencia y la imaginación, la memoria y la voluntad. Una meditación que contribuye a dar valor sobrenatural a nuestra pobre vida humana, nuestra vida diaria corriente.

Gracias a esos ratos de meditación, a las oraciones vocales, a las jaculatorias, sabremos convertir nuestra jornada, con naturalidad y sin espectáculo, en una alabanza continua a Dios. Nos mantendremos en su presencia, como los enamorados dirigen continuamente su pensamiento a la persona que aman, y todas nuestras acciones —aun las más pequeñas— se llenarán de eficacia espiritual.

Por eso, cuando un cristiano se mete por este camino del trato ininterrumpido con el Señor —y es un camino para todos, no una senda para privilegiados—, la vida interior crece, segura y firme; y se afianza en el hombre esa lucha, amable y exigente a la vez, por realizar hasta el fondo la voluntad de Dios.

Desde la vida de oración podemos entender ese otro tema que nos propone la fiesta de hoy: el apostolado, el poner por obra las enseñanzas de Jesús, transmitidas a los suyos poco antes de subir a los cielos: *me serviráis de testigos en Jerusalén y en toda la Judea y Samaría y hasta el cabo del mundo* (Hechos 1,8).

www.parroquiasantamonica.com

Vida Cristiana