**CREER 12: Oración**

**Rick Brown**

**ChristBridge Fellowship (Non-Denominational)**

**Tomball, Texas**

**Domingo, 9 de noviembre de 2014**

Aprender a orar es como ir al gimnasio por primera vez. Un amigo mío de la universidad quería que me apuntara al gimnasio y empezara a entrenar con él. Yo pesaba unas 135 lbs. (62 kg) y estaba bastante debilucho, así que pensé que trabajar un poco mis músculos no sería tan mala idea.

En nuestra primera sesión empezamos con el press de banca. Él puso una barra en la banca de pesas. No dudé en ponerme debajo y dije: «Estoy listo. ¡Vamos!». Mi amigo dijo: «¿Quieres que ponga unas pesas?». «No», le contesté. «Creo que para empezar está bien». Yo tenía razón. Después de cinco repeticiones, estaba acabado.

En el otro extremo de la sala, dándonos la espalda, había un grupo de tres compañeros de entrenamiento. Vi que uno estaba preparándose para levantar. Tenían tres discos de 45 lb. (20 kg) en cada lado de la barra. Hice el total: «315 lbs. (140 kg) incluida la barra. No está mal. En un mes lo haré yo también», pensé. Los tres tenían los brazos tan grandes como mis piernas. Sus piernas eran como mi pecho. Sus cuerpos estaban cubiertos de vello. Entonces se dieron la vuelta y vi que eran mujeres.

*Me sentí como un peso pluma en la sala de musculación.*

Así me he sentido también con la oración. He leído historias de antiguos místicos que oraban durante horas sin parar.

* A finales del siglo III, San Antonio, un rico egipcio que dejó atrás sus riquezas para huir al desierto, fue conocido como el primer monje cristiano. Oraba con los brazos extendidos imitando la forma de la cruz. Oraba así durante horas y días seguidos.[[1]](#footnote-1)
* En el siglo V un hombre llamado Simón el Estilita buscaba la soledad para poder orar sin cesar. Los curiosos no dejaban de llegar para verle, por lo que tenía que seguir adentrándose cada vez más en el desierto. Finalmente tuvo que construir torres para alejarse de la multitud. La más alta medía sesenta pies (18 m) y vivió allí durante treinta y seis años.[[2]](#footnote-2)
* En la década de 1500 Teresa de Ávila sólo quería pasar el tiempo conociendo más y más a Jesús. Escribió *El castillo interior* y fundó una casa para mujeres cristianas. En una ocasión, al cruzar un río helado, fue atrapada por la corriente. Dijo que vio a Jesús y que le oyó decir: «Así trato a aquellos que quieren ser mis amigos más cercanos». Significaba que sus amigos confiaban en Él sin importar las circunstancias y que, en medio de su debilidad, Él demostraba su poder. Y Teresa le contestó: «Ah, mi Señor, entonces no es de extrañar que tengas tan pocos».[[3]](#footnote-3) (¿Oras así?)

Algunas personas se levantan a horas tan escandalosas como a las cuatro de la madrugada para orar. Otras tienen su propio idioma de oración. Otras hacen largas oraciones poéticas. Otras pasan fines de semana enteros en oración.

*Muchas veces me he sentido un peso pluma en la sala de oración.* Puede que te hayas sentido igual. Tienes el deseo de orar pero no sabes muy bien cómo hacerlo. La lista de libros escritos sobre la oración es infinita. Ver tal cantidad te ha hecho pensar que tendrías que asistir a una escuela de oración y conseguir un título en oración antes de poder empezar a orar.

Los discípulos también se tenían que haber sentido así. Querían orar. Habían conocido a Jesús como su maestro y amigo. Él era como ellos, y aún así era muy diferente. Había algo en sus oraciones que les hacía pensar que Él sabía algo que ellos desconocían.

Así que le pidieron: «Señor, enséñanos a orar» (Lucas 11.1). Si alguna vez has querido orar más, o mejor, o con más profundidad o . . . más como Jesús . . . entonces estás en buena compañía. Parece que les pasaba lo mismo a Pedro, a Andrés, a Santiago y a Juan. Y si ellos, que estaban con Él, necesitaban pedirle que les enseñara a orar, no te preocupes por pedírselo tú.

Pero tienes que pedírselo. ¿Sabías que, según las referencias que tenemos, la oración es lo único para lo que los discípulos pidieron un sermón sobre cómo hacerlo? No preguntaron cómo andar sobre el agua. No querían saber cómo hacer más pan. No preguntaron cómo calmar las tormentas o cómo contar mejores historias a la hora de predicar.

Pero sí pidieron que Jesús les enseñara a orar. Pidámosle lo mismo. Nos dará lo que les dio a ellos. Para empezar, puede que tengamos primero que ir a buscarle. Los discípulos estaban acostumbrados a hacerlo.

«Muy de madrugada, cuando todavía estaba oscuro, Jesús se levantó, salió de la casa y se fue a un lugar solitario, donde se puso a orar» (Marcos 1.35).

«Por aquel tiempo se fue Jesús a la montaña a orar, y pasó toda la noche en oración a Dios.Al llegar la mañana, llamó a sus discípulos y escogió a doce de ellos, a los que nombró apóstoles»” (Lucas 6.12-13).

«En seguida Jesús hizo que sus discípulos subieran a la barca y se le adelantaran al otro lado, a Betsaida, mientras él despedía a la multitud. Cuando se despidió, fue a la montaña para orar» (Marcos 6.45-46).

*Parece que cada vez que Jesús desaparecía, se iba a orar.* Oraba cuando las exigencias iban en aumento. Oraba cuando las decisiones eran importantes. Oraba cuando estaba agotado.

No siempre oraba a solas, pero cuando lo hacía se iba al desierto o a la montaña. Se apartaba del ruido y nos dio el ejemplo de ***buscar la quietud***. Esta es la segunda regla de la oración. La oración es una conversación entre Dios y nosotros. Para escuchar su voz tenemos que eliminar despiadadamente todas las ocupaciones de nuestra vida. Por eso el salmista escribió: «Quédense quietos, reconozcan que yo soy Dios» (Salmos 46.10).

¿Has intentado alguna vez hablar con alguien que no paraba de moverse, de golpetear la mesa con los dedos, o de mirar a todo el mundo en el restaurante menos a ti? No había mucha conversación, ¿verdad?

Hay muchas ADM a nuestro alrededor y haríamos bien en alejarnos de ellas. Las *Armas de Distracción Masiva* pueden hacer explotar nuestra vida de oración. Jesús no tenía que luchar con la tecnología que tenemos hoy día, pero estaba rodeado de multitudes, y de gente, y de objetivos que quería alcanzar en muy poco tiempo. Así que se apartaba.

Si lo hacía Él, lo haremos nosotros. Esto es lo que significa seguir. Vamos allí dónde nos lleva el líder. Si Jesús hubiera venido al mundo en 2014, no se habría dejado llevar por el ritmo de vida que muchos de nosotros llevamos. Simplemente no lo haría. Tendría mucho que hacer, claro que sí, pero su trabajo tendría propósito y le veríamos dar prioridad a tiempos de quietud.

Tenemos un Dios personal que quiere pasar tiempo con nosotros. Y esto no funciona muy bien si estamos siempre en movimiento. La segunda regla en la sala de oración es **buscar la quietud**.

Tenemos un Dios personal que también quiere conversar con nosotros. Pero por miedo a no saber cómo orar correctamente, simplemente no oramos. Quizá estas palabras de Thomas Merton sean de ayuda para los que oyen a otros hablar con Dios con tanta facilidad y se intimidan pensando que no pueden orar así. Escribió lo siguiente: «No queremos ser principiantes [de la oración], pero tenemos que convencernos del hecho que nunca seremos otra cosa que principiantes, toda nuestra vida».[[4]](#footnote-4)

Cuando mis chicos eran pequeños y aprendían a hablar, nuestras conversaciones no eran profundas. No discutíamos sobre teología, política o economía. Pero algunas de sus palabras las echo de menos hoy. Un «¡papá!» lleno de ilusión cuando llegaba a casa. Un «¿jugamos?» cuando querían relacionarse. Un simple «más» cuando no habían comido suficiente.

Ahora ya no usan estas mismas palabras (bueno, quizá el «más» a la hora de cenar). Sus palabras son mayores y más maduras. Pero nunca habrían llegado donde estamos ahora si no hubieran empezado con las palabras de entonces.

Con la oración pasa igual. Jesús dio ejemplo a sus discípulos en lo de buscar la quietud, pero cuando le pidieron que les enseñara a orar les entrenó para ***practicar la sencillez.*** Esta es la tercera regla de la oración. En lugar de darles una clase sobre la oración, les dio ante todo…una oración.

Y no era de esas que puedes escuchar pronunciar a los líderes religiosos. Palabras largas, frases teatrales. Recuerdo una de estas oraciones que escuché en 1985. Humphrey, la ballena jorobada, se había equivocado de dirección y estaba varada en la bahía de San Francisco. Este líder de oración se explayó explicando cómo nosotros, igual que Humphrey, varamos, y nos perdemos y necesitamos ser rescatados.

Sé que no debería haber juzgado esta oración. Pero recuerdo que abrí mis ojos sacudiendo la cabeza y preguntándome si esa era la manera en que debía orar. Jesús dijo que fuéramos sencillos.

“Él les dijo: Cuando oren, digan:

Padre, santificado sea tu nombre.  
Venga tu reino.  
Danos cada día nuestro pan cotidiano.  
Perdónanos nuestros pecados,  
    porque también nosotros perdonamos a todos los que nos ofenden.  
 Y no nos metas en tentación” (Lucas 11.2-4)

Podríamos parafrasearlo así: «Padre, eres santo y bueno. Queremos vivir en tu Reino. Necesitamos tu ayuda; danos lo que necesitamos para hoy. Necesitamos tu perdón. Otros lo necesitan también. Guárdanos en la senda correcta».

En su libro *Antes del Amén*, Max Lucado es sencillo. Sugiere que todas las oraciones de la Biblia se ajustan al siguiente patrón: *Padre, eres bueno. Necesito ayuda. Necesitan ayuda. Gracias. En el nombre de Jesús. Amén.[[5]](#footnote-5)* Como el modelo de oración que nos dio Jesús, esto es sencillo y ofrece un marco desde el cual podemos partir.

Las oraciones son conversaciones y clamores sinceros dirigidos hacia nuestro padre. No hace falta que estén perfectamente estructuradas. Mira algunas de las que podemos encontrar en las Escrituras:

* La oración de un leproso: «Si quieres, puedes limpiarme» (Marcos 1.40)
* Unos amigos llevan a un paralítico a Jesús. No dicen nada. Sólo le dejan delante de Jesús (Marcos 2.1-12).
* El jefe de la sinagoga: «Mi hijita se está muriendo. Ven y pon tus manos sobre ella para que se sane y viva» (Marcos 5.23).
* Una mujer con flujo de sangre solamente extendió su mano y tocó a Jesús pensando: «Si logro tocar siquiera su ropa, quedaré sana» (Marcos 5.27-28).
* Bartimeo gritó: «¡Jesús, Hijo de David, ten compasión de mí!» (Marcos 10.47).
* El recaudador de impuestos oró: «¡Oh Dios, ten compasión de mí, que soy pecador!» (Lucas 18.13).

Esta última ha dado origen a lo que se llama La Oración de Jesús. Filemón, un monje egipcio del siglo VI advirtió: «Vigila tu corazón; y siempre vigilando di con temor y temblor; ‘Señor Jesucristo, ten compasión de mí’».[[6]](#footnote-6)

En el siglo XIX un campesino ruso anónimo y autor de *El Camino de un Peregrino* usaba esta oración al respirar. Al inhalar oraba mentalmente «Señor Jesucristo», y al exhalar «ten compasión de mí».[[7]](#footnote-7) Algunos añaden las palabras «que soy pecador» al final de la frase.

Es otra oración sencilla que podrías usar para desarrollar el hábito de orar. No te preocupes por el número de palabras o si son correctas o no. Es mejor hacer una oración corta desde el corazón que una larga que no viene de él.

Esto no es un consejo mío, viene directamente de Jesús. Él enseñó a sus discípulos: «Y al orar, no hablen sólo por hablar como hacen los gentiles, porque ellos se imaginan que serán escuchados por sus muchas palabras. No sean como ellos, porque su Padre sabe lo que ustedes necesitan antes de que se lo pidan» (Mateo 6.7-8).

Y si Él sabe lo que necesitas antes de que se lo pidas, ¿qué te impide pedírselo? La primera regla de la oración es ésta: ora. Dios es un Dios personal y quiere saber de ti.

Ora. Busca la quietud. Practica la sencillez. Y antes de que te des cuenta, levantarás pesos más pesados en la sala de oración.

1. Marcia Ford, *Traditions of the Ancients* (Broadman & Holman Publishers, Nashville, 2006), p. 3. [↑](#footnote-ref-1)
2. Ibid. [↑](#footnote-ref-2)
3. David Hazard, *Majestic is Your Name* (Bethany House Publishers, Minneapolis, 1993), p. 16. [↑](#footnote-ref-3)
4. Thomas Merton, *Contemplative Prayer* (New York: Random House, 2009), p. 13. [↑](#footnote-ref-4)
5. Max Lucado, *Antes del Amén* (Thomas Nelson: Nashville, 2014), p. 9. [↑](#footnote-ref-5)
6. Ford, p. 21. [↑](#footnote-ref-6)
7. Ibid., p. 17. [↑](#footnote-ref-7)