

INFORMACIÓN SOBRE LA PRÁCTICA ESPIRITUAL DE LA ORACIÓN

POR SHELLEY FREW

Un día estaba Jesús orando en cierto lugar. Cuando terminó, le dijo uno de sus discípulos:

—Señor, enséñanos a orar, así como Juan enseñó a sus discípulos.

-Lucas 11:1

De todas las disciplinas espirituales, la oración es la más central porque nos conduce a la comunión perpetua con el padre. —Richard Foster

La oración es una habilidad espiritual aprendida. A veces requiere una domesticación de nuestras mentes y un esfuerzo sostenido. En otros momentos, la oración puede significar descansar sin palabras en la presencia de Dios y confiar en la palabra del Dios trino dentro de nosotros. Es una práctica variada y continua que nos permite entrar en comunión con Dios. Hay muchas formas de orar y ninguna fórmula específica nos acerca más a Dios. La oración es más que las palabras que usamos y, mientras que las Escrituras nos enseñan a orar por nuestras necesidades, la oración también es mucho más de lo que le pedimos a Dios.

El profesor y escritor de formación espiritual M. Robert Mulholland escribe en su libro *Invitación a un Viaje: Un Mapa para la Formación Espiritual*:

La consideración de la oración como una disciplina clásica de la tradición cristiana nos pone en contra de las prioridades funcionales de nuestra cultura. Tendemos a pensar en la oración como algo que hacemos para producir resultados que creemos que son necesarios o, más bien, para que Dios los produzca. Entra en cualquier librería cristiana y anota la cantidad de libros dedicados a las técnicas de oración. Estamos interesados en saber qué funciona y en desarrollar la habilidad que garantice que nuestras oraciones sean efectivas. Como resultado, nuestra oración tiende a ser una lista de compras de cosas que deben cumplirse, un intento de manipular los síntomas de nuestras vidas sin realmente entrar en una relación profunda, vital y transformadora con Dios en medio de lo que creemos que necesitamos (por lo general, olvidando que "su padre sabe lo que necesita antes de que se lo pidan" (Mateo 6: 8) y en medio de los síntomas de nuestras vidas.

En última instancia, la oración nos puede llevar a una "relación profunda, vital y transformadora con Dios". La oración nos invita a dejar nuestras expectativas, control y consuelo personal. Dios usará nuestro tiempo en oración con él para cambiarnos, incluso si las circunstancias por las que oramos nunca cambian. Mulholland escribe: "La oración como una disciplina espiritual clásica nos lleva a involucrarnos en el quebrantamiento del mundo en los términos de Dios, no en los nuestros... La oración es el acto por el cual

el pueblo de Dios se incorpora a la presencia y la acción de Dios en el mundo". También dice: "La oración se convierte en una ofrenda sacrificial de nosotros mismos a Dios, para convertirnos en agentes de la presencia y acción de Dios en los eventos y situaciones cotidianas de nuestras vidas. ¿Qué tan diferente es esto de la idea de la oración como "¡Le pedimos a Dios que cambie nuestra situación sin ninguna participación de nuestra parte!" Podemos esperar que la oración nos cambie, como vemos a Dios y como vemos el mundo.

En Lucas 11:1, cuando los discípulos le piden a Jesús que les enseñe a orar, Jesús modeló para ellos la oración del Padre Nuestro (Lucas 11:1-4). ¡Tengan en cuenta que los discípulos se pasaron la vida orando! Han sido judíos devotos y han seguido a Jesús, así que no es como si nunca se les hubiera enseñado a orar. Independientemente de cuanto tiempo hayamos seguido a Jesús o cuan nuevos podamos ser para la fe cristiana, siempre podemos crecer en nuestras vidas de oración también.

LA ORACIÓN DE "ACTS"

Al seguir las cuatro prácticas dentro de este formato de oración, tendremos la oportunidad de comunicarnos con Dios de una manera estructurada que nos ayude a enfocar nuestros pensamientos y nuestra atención.

La oración de ACTS; conocida por sus siglas en inglés, implica un tiempo de adoración, confesión, acción de gracias y súplica (u oración específica por nuestras necesidades o las necesidades de los demás). En la adoración, pasamos tiempo alabando a Dios, su carácter, sus obras en la creación y en la historia. Es un tiempo de oración y adoración centrada en Dios por lo que él es. Después de un período de adoración, entraremos en uno de confesión. En un momento de calma, pídele al Espíritu Santo que traiga a tu mente el pecado del que eres consciente, así como del que no has sido consciente y confiésalo ante Dios. Tercero, le damos gracias a Dios con un corazón agradecido por todo lo que ha brindado y por las muchas bendiciones que experimentamos a lo largo del día, todos los días. Finalmente, en un momento de súplica, iremos a Dios con nuestras necesidades y las de los demás. Tenemos el privilegio de comunicarnos con Dios en oración debido a nuestra relación vital con Dios en Cristo Jesús. Es la postura de nuestro corazón ante Dios lo que importa más que las palabras que usamos en nuestro tiempo con él y, a través de estas cuatro prácticas diferentes, le damos a Dios la oportunidad de cambiar nuestros corazones incluso mientras oramos.

A—Adoración. Después de unos momentos de silencio, pasa un tiempo en adoración de Dios, su carácter y sus obras poderosas en la creación y la historia ...

C—Confesión. Después de un tiempo de adoración, pídele al Espíritu Santo que te revele dónde has pecado de manera deliberada o sin conocimiento y confiésalo a Dios ahora ...

T—Agradecimiento. Tómate tiempo ahora para hablar con Dios y agradecerle por todo lo que hace por ti en el día ...

S—Súplica. Termina tu tiempo en oración comunicando a Dios tus necesidades y deseos y las necesidades de los que te rodean y de los del mundo ...

Puedes terminar con: *Oh, Dios bondadoso y amoroso, nos presentamos ante ti como personas agradecidas. Damos gracias por el acceso a la comunión contigo en oración por tu hijo Jesucristo, lo que hizo por nosotros en la cruz y lo que logró en su resurrección. Gracias por rescatarnos de una vida de oscuridad y separación de ti. En el nombre de Jesús y por el poder del Espíritu Santo, amén.*