

Orar es dialogar con Dios, pero para conversar con él necesitamos escucharlo. Dios nos habla de manera especial a través de su palabra. Es escuchándolo como recibimos su amor misericordioso, su llamado a vivir cerca de él y su invitación a colaborar en la misión de Jesús. Su palabra nos da a conocer sus designios maravillosos para nosotros y nos ayuda a descubrir el sentido de nuestra vida.

La otra parte de la oración es nuestra respuesta a Dios, la cual no se da sólo en los momentos en que oramos, sino que se extiende a la vida entera. De esta manera nuestras actividades diarias se convierten también en oración.

Para vivir en unión con Dios necesitamos orar tanto individualmente como en comunidad. La oración personal nos permite dialogar íntimamente con nuestro Creador, estrechar nuestra relación con Jesús y gozar con la acción del Espíritu Santo en nosotros. La oración comunitaria refuerza nuestra fe, nos ayuda a dejarnos guiar por la palabra de Dios, nos exige autenticidad ante nuestros hermanos, nos une con la comunidad eclesial en todo el mundo y con la iglesia triunfante que ya goza de la eternidad de Dios.



### PREPARACIÓN PARA ORAR CON LA PALABRA DE DIOS

Leer la Biblia no es como la lectura de cualquier otro libro. La disposición que tengas y la actitud que asumas son vitales cuando lees la Sagrada Escritura. Al orar con la Biblia compartirás la experiencia de muchos hombres y mujeres a través de los tiempos. Entrarás en ese gran cuadro donde muchos han trazado su propia obra de arte al haberse encontrado con Dios, un Dios vivo que ama, que opta por cada uno de nosotros y que nos llama a ser constructores de su reino, profetas de esperanza. Por eso necesitamos pensar seriamente en nuestra actitud en el momento de embarcarnos en la gran aventura del diálogo con Dios por medio de la Sagrada Escritura.

Las siguientes recomendaciones te ayudarán en tu peregrinación por las páginas de la Biblia. Te invitamos a descubrir nuevas maneras de prepararte para leer y orar con el texto, y a que las compartas con tus compañeros.

### ENAMÓRATE DE DIOS

*Oh Dios, tú eres mi Dios, desde el amanecer te deseo; estoy sediento de ti, a ti te anhelo en una tierra sedienta, reseca, sin agua. Tu amor vale más que la vida, te alabarán mis labios (Sal 63 2. 4).*

Ten un espíritu abierto, deseoso, con hambre de una palabra de esperanza y vida. Observa una postura externa y una actitud interna que sean congruentes con lo que estás haciendo. Apártate un poco del ajetreo cotidiano de la vida; busca una habitación tranquila, un lugar donde te sientas a gusto y en el que nadie te moleste. Dedicar tiempo suficiente para estar en compañía de Dios y su palabra, sin prisa ni distracciones, sin pensar en otros compromisos o tareas que necesitas hacer.

## ABRE TU CORAZÓN AL ESPÍRITU SANTO

*Éste es mi siervo, a quien elegí; mi amado en quien me complazco; derramaré mi espíritu sobre él, y anunciará el derecho a las naciones (Mt 12 18).*

Comienza con una oración al Espíritu Santo para que derrame paz y sosiego sobre ti durante los minutos que dedicarás a la oración con las lecturas bíblicas, y pídele que abra tu espíritu y corazón al mensaje que Dios te comunicará. Da gracias a Dios por la amistad y por ese momento tan especial. «Si alguno ama a Dios es porque ha sido conocido amorosamente por Dios» (1 Cor 8 3).

## CELEBRA LA GRANDEZA DE TU SER

*El Señor tu Dios está en medio de ti, él es un guerrero que salva. Dará saltos de alegría por ti, su amor te renovará, por tu causa bailará y se alegrará, como en los días de fiesta (Sof 3 17).*

Cuando surge una luz en la meditación de algún pasaje bíblico, detente en él para que la luz no se desvanezca y se extinga; medita con calma las palabras, anótalas o, incluso, apréndelas de memoria. Así esas palabras te podrán acompañar a lo largo de tu vida.

## HAZ DE TU VIDA UNA HISTORIA DE LA SALVACIÓN

*El Espíritu del Señor está sobre mí, porque el Señor me ha ungido. Me ha enviado a dar la buena nueva a los pobres, a sanar a los de corazón destrozado, a proclamar la liberación a los cautivos y a los prisioneros la libertad (Is 61 1).*

Haz vida la liberadora historia de Dios con la humanidad. Quien descubre el actuar de Dios entre los hombres y mujeres en la historia, la liberación incesante de situaciones sin salida, experimentará también la acción liberadora y orientadora de Dios.

## ENTRA AL DESIERTO

*El ángel del Señor dijo a Felipe: –Ponte en camino hacia el sur por la ruta que baja de Jerusalén a Gaza a través del desierto (Hch 8 26).*

Atrévete a marchar al desierto. Habrá trechos de camino en que sientas sed, momentos de sequedad espiritual, aridez emotiva y palabras vacías. Entonces hay que aguantar firme, aunque parezca que no tienes nada. Te asombrarás al descubrir en tu vida que, al igual que en muchos relatos bíblicos, el desierto es precisamente el lugar donde tendrás un encuentro con Dios.

## ¡DÉJATE TRANSFORMAR POR SU AMOR!

¿Quién nos separará del amor de Cristo? ¿El sufrimiento, la angustia, la persecución, el hambre, la desnudez, el peligro, la espada? (Rom 8 35).

Escucha el llamado a la conversión. La palabra de Dios nos compromete siempre. Dios, cuando nos habla, exige que nuestra vida cambie, que renunciemos a las cosas que nos atan, que echemos por la borda las cargas excesivas, a fin de que pueda llegar la liberación. De esta manera podrás hacer lo que la palabra exija de ti. Dios no quiere gente que se limite a oír sino que ponga en práctica su palabra (Sant 1 22). «Por el amor que se tengan los unos a los otros reconocerán todos que son discípulos míos» (Jn 13 35).

## FINALMENTE...

Recuerda que éstas son sólo recomendaciones para ayudarte a tener un buen diálogo con Dios. Lo más importante es que continúes tu aventura del encuentro con el Señor, cada vez con más alegría y ánimo.



## ORACIÓN INDIVIDUAL

Haz el propósito de leer diariamente la Biblia con el fin de crecer en tu relación con Dios y tu vida cristiana. Hay muchas maneras de orar con la palabra de Dios. Una de ellas es la *Lectio Divina* (Lectura Divina), que ha llevado a muchas personas a la santidad. El siguiente modelo te enseñará a orar con la Sagrada Escritura:

- F**orma un ambiente de recogimiento. Pide al Espíritu Santo que disponga tu corazón para escuchar a Dios.
- E**xamina el texto. Observa la situación histórica, el autor y los géneros literarios para comprender su mensaje y no hacer una interpretación apresurada del texto.
- Y** la palabra te une a Dios. Orar con la Biblia es establecer una relación con Dios, no es estudiar una materia más.
- V**ibra con el mensaje. Imagínate en esa situación, participa de los sentimientos y pensamientos de los personajes, mira la acción amorosa de Dios en ellos.
- I**dentifica lo que Dios quiere decirte. Lo importante es la actualización de la palabra y darse cuenta de que es a ti a quien Dios dirige su mensaje.
- D**ialoga con Dios al responder a su palabra. Comunícale tus reacciones, temores y esperanzas, y dale una respuesta concreta a lo que te ha dicho.
- A**plica la oración a tu vida. La palabra de Dios dará fruto en ti si te ayuda en tu proceso de conversión y crecimiento espiritual, y te conduce al compromiso de continuar con la misión de Jesús.

## REFLEXIÓN Y ORACIÓN EN COMUNIDAD

Leer y orar en comunidad con la Biblia es responder a Dios que habla a su pueblo. Esto se puede hacer en reuniones de grupos juveniles, en retiros, en pequeñas comunidades y en grupos de oración. Para que la reflexión y oración en comunidad den fruto, es conveniente seguir un plan determinado, tener una mínima organización comunitaria y prepararse bien.

El animador debe estudiar y orar con el texto seleccionado previamente, para asegurar su sana interpretación. En la reunión guiará el proceso y cuidará de que todos participen. Periódicamente hay que evaluar el proceso de reflexión y oración para mejorarlo.

Se recomienda seguir los siguientes pasos para la reflexión y oración en comunidad:

- 1. Proclamar el texto.** Una persona lee en voz alta el pasaje. Las otras la escuchan o siguen en silencio la lectura del texto en su propia Biblia.
- 2. Analizar el texto.** En parejas, identificar el contexto histórico de la lectura, los destinatarios, la intención del autor y el género literario. Ubicar el texto en el libro bíblico, en el capítulo en que se encuentra, y su relación con los pasajes anteriores y posteriores.
- 3. Reflexionar personalmente.** Se ofrece un tiempo de silencio, para que todos profundicen la palabra e identifiquen las ideas más importantes. Pueden volver a leer individualmente el texto en su Biblia.
- 4. Descubrir el corazón del mensaje.** Todos oran en silencio, buscan lo que quiere Dios comunicar a la comunidad y comparten lo que Dios les inspiró. En espíritu de consenso, se descubre el mensaje para la comunidad. Si hay un mensaje importante para sí mismo, se conserva para la oración personal.
- 5. Orar con el texto y saborearlo.** Se hace un momento de oración para que todos lleven a su corazón el mensaje de Dios. Esta oración permite que la palabra penetre en el interior de cada uno, los llene de gozo y de paz, los consuele y desafíe a la conversión.
- 6. Iluminar con el mensaje la vida de la comunidad.** Todos reflexionan para ver su realidad desde la perspectiva de Dios: ¿qué sucede en nuestro ambiente? ¿Cómo lo ve Dios?

**7. Identificar las acciones que pide Dios.** La comunidad dialoga sobre el llamado de Dios en este texto: ¿Qué actitudes nos pide Dios que cambiemos o que adquiramos? ¿Qué acciones debemos realizar? Se sugiere encontrar un símbolo o escribir un lema para recordar y vivir el compromiso de esta reunión.

**8. Celebrar la palabra de vida.** La celebración es el punto culminante de la reflexión comunitaria. Dios se comunicó con la comunidad mediante su palabra para hacernos fieles seguidores de Jesús. En cada reunión se escoge lo más apropiado, de forma espontánea: expresar una acción de gracias, pedir perdón, ofrecer la vida..., y se entona algún cántico apropiado. Además, conviene ofrecer de forma simbólica el compromiso asumido; pedir a Dios la gracia de vivir su palabra e invitar a María para que nos ayude a ser fieles seguidores de su Hijo.

## Lectura litúrgica dominical

La Iglesia Católica sigue un plan de lectura y oración con la Biblia en la Liturgia Eucarística y en la Liturgia de las Horas, llamado «leccionario». *La Biblia Católica para Jóvenes* presenta el «leccionario dominical» y de las fiestas importantes. Ver p. 1733.

- El leccionario contiene pasajes del Antiguo y del Nuevo Testamento, siendo el evangelio el que orienta todas las lecturas. La primera lectura depende del mensaje que se enfatiza en el evangelio; el salmo responde en oración a la primera lectura y prepara para recibir el mensaje del evangelio. La segunda lectura se toma generalmente de las cartas y a veces del Apocalipsis, subrayando lo más importante de cada libro.
- El leccionario lleva a la comunidad eclesial por un recorrido a través de la Sagrada Escritura, para que la palabra de Dios nos acompañe en la jornada de la vida. Los evangelios se leen a lo largo de tres ciclos –conocidos como «A», «B» y «C»–, que corresponden a Marcos, Mateo y Lucas. El evangelio de Juan se lee en los «tiempos litúrgicos fuertes», que son: Adviento, Navidad, Cuaresma y Pascua. Los Hechos de los Apóstoles suplen al Antiguo Testamento, como primera lectura, durante el tiempo pascual, dada la gran importancia de las primeras comunidades cristianas.

La iglesia recomienda que los fieles nos preparemos para celebrar la misa dominical reflexionando previamente sobre sus lecturas. Esta costumbre es bastante usual en la pastoral catecumenal y los grupos juveniles de oración.