



*Un documento que proporciona a todos los hijos de la Iglesia una ocasión para impulsar la vida cristiana como vida de auténtica oración; vida apoyada en un trato personal confiado con Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo. (...)*

La Comisión episcopal para la Doctrina de la Fe ha publicado un documento titulado [“Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo \(Sal 42, 3\): Orientaciones doctrinales sobre la oración cristiana”](#) (Madrid 2019).

**La oración cristiana es un encuentro y un diálogo con Dios**, por medio de su Hijo, Jesucristo, a la luz y bajo el impulso del Espíritu Santo. Por tanto, no debe confundirse con una técnica de autodomínio de sí mismo o de las propias emociones y sentimientos. También **se distingue**, aunque puede tener ciertos elementos comunes, de la oración que se hace en otras religiones. El texto tiene cinco partes.

### **La situación y los retos actuales**

1. En la primera (“situación espiritual y retos pastorales”) se presenta la situación de la espiritualidad cristiana en el contexto

cultural actual y los retos pastorales que supone. El **activismo** típico de nuestro tiempo no facilita precisamente la espiritualidad. Sin embargo, muchos **buscan el necesario silencio y paz interior**. Pero a veces, aun siendo cristianos, lo hacen a través de técnicas de meditación que se originan en tradiciones religiosas no cristianas. Esto les lleva de hecho a abandonar la fe católica, aunque no lo pretendan. **Otras veces se trata de técnicas de relajación que se presentan como complemento** a la propia fe. Esas técnicas pueden servir a veces como introducción a la oración, pero con frecuencia se insertan en un “método” que en su conjunto es incompatible con la fe cristiana, y más bien encierra al que la practica en sí mismo.

En el momento actual muchos viven al margen de la fe. A la vez, siguen anhelando la felicidad y la vida plena. Esto requiere presentar la fe cristiana no solo como un conjunto de verdades o de normas morales, sino ante todo como **un encuentro personal con Dios a través de Jesucristo**.

### **Cristo y la salvación**

2. En la segunda parte se presentan los “aspectos teológicos” de la espiritualidad cristiana y de la oración cristiana. Profundiza en la figura de Cristo y en el significado cristiano de la salvación. Para la fe cristiana, **Jesucristo no es solo un gran maestro espiritual sino el Hijo de Dios hecho hombre**. Las religiones representan el esfuerzo humano por alcanzar un conocimiento superior en relación con Dios. Buscan, como consecuencia, **salvar a los hombres de los límites** de la vida terrena (el pecado, el dolor, la muerte) y abrirles a una vida plena y eterna. Aunque está bastante extendido el relativismo religioso, para el cristiano **no todas las religiones dicen lo mismo ni tienen igual valor**. Sabe que al corazón humano y a la inteligencia humana no les basta sustituir la salvación por una felicidad o un bienestar puramente terreno o material.

### **Oración cristiana y "técnicas de oración"**

3. En la tercera parte (“las espiritualidades que se derivan de estas doctrinas”), se muestran las diferencias entre la oración cristiana y otras técnicas de meditación como la “mindfulness”, inspiradas en el budismo zen. En este caso no hay propiamente un “tú” divino y personal con el que dialogar en la oración, sino que **el sujeto se centra en sí mismo**, en su propia mente y en sus propios sentimientos. Busca la aceptación pacífica de la realidad para evitar el sufrimiento, pero no se propone mejorar esa realidad. En cambio, la fe cristiana propone **un trato personal con Dios** uno y trino, por medio de su Hijo Jesucristo, hecho carne por nosotros y nuestra salvación. Por eso no se puede considerar a Jesús simplemente como un buen ejemplo de persona

espiritual y generosa, como un modelo ideal común, junto con otros, para todas las religiones.

4. La cuarta parte recoge los “elementos esenciales de la oración cristiana”. La oración cristiana tiene relación con la **oración de Jesús**, que es un diálogo de amor con Dios Padre y una **fuentes, referencia y modelo de entrega por nuestra salvación**. En la oración de Jesús, el centro no son sus deseos ni la búsqueda de una felicidad meramente terrena al margen de Dios Padre; sino, por el contrario, el **cumplimiento del plan divino de la salvación** por medio de la aceptación, con obediencia amorosa, de la pasión y de la Cruz. Por eso, dice el texto: “Vivir como si Dios no existiera es la mayor dificultad para la oración” (n. 23).

Jesús no enseña unas técnicas para la oración, sino que **enseña la confianza filial, la humildad y la perseverancia** como actitudes básicas para rezar, tal como se manifiestan en la oración del Padrenuestro. La auténtica oración cristiana se dirige a Dios pidiendo por las propias necesidades y las de los demás, implorando el perdón y la fortaleza para vencer al mal y al Maligno, ser personal y concreto, autor e instigador del mal en el mundo. De esta manera el cristiano que ora, impulsado e iluminado por el Espíritu Santo, **crece en fe, esperanza y caridad**, es decir en amor a Dios y a los demás. Y como consecuencia, se dispone a **servir en concreto, sin despreciar el mundo y la historia**; al contrario, amando el mundo en lo que tiene de bueno y su tarea al servicio del bienestar temporal y eterno de todos. Por eso la oración es **como el alma de la misión evangelizadora del cristiano**.

### **Oración, Iglesia y coherencia**

La oración cristiana nace y madura en el seno de la Iglesia, que es madre, cuerpo y hogar para los cristianos. Por eso **la oración se alimenta de la vida íntima de la Iglesia** que se manifiesta en la liturgia y en los sacramentos, sobre todo de *la Eucaristía*. Y además, recurre a **los santos**, testigos, en la Iglesia y en el mundo, de la tradición viva de la oración. Por este camino, que implica esfuerzo y perseverancia, el cristiano llega a la **“contemplación”**, que es descubrirse en todo como ser amado y responder al Amor.

El documento precisa: “En lo referente a las técnicas, a las que tanta importancia se da actualmente, debemos recordar de nuevo que más importante que una oración formalmente bien hecha, es que vaya acompañada y sea expresión de la **autenticidad de la vida**” (n. 36). En todo caso añade que “nunca se pueden confundir las sensaciones de quietud y distensión o los sentimientos gratificantes que producen ciertos ejercicios físicos o psíquicos con las consolaciones del

Espíritu Santo” (Ibid.).

Maestra de la oración cristiana es especialmente **la Virgen María**. Desde antes de la Anunciación, donde conoce lo que Dios le pide, hasta después de la Cruz, donde asume ser Madre de nuestra vida espiritual en la Iglesia, es también el verdadero modelo del cristiano que reza.

### **Conclusión**

En la quinta parte (“conclusión”) se subraya, ante todo, la **necesidad de la oración** para el camino cristiano que es camino de **santidad**. En segundo lugar se apela a los educadores y formadores cristianos, que deben ayudar a los cristianos a crecer en su “vida interior”, para **que enseñen con sencillez a hacer oración**, sin dejarse arrastrar por doctrinas complicadas y extrañas” (Hb 13, 9).

En definitiva, como se ve, este documento se sitúa en la estela de otros anteriores del Magisterio, y proporciona a todos los hijos de la Iglesia una ocasión para impulsar **la vida cristiana como vida de auténtica oración**; vida apoyada en **un trato personal confiado con Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo**, y que participa de la vida de oración que el mismo **Jesucristo** mantiene con el Padre, tal como contemplamos en el Evangelio.

**Ramiro Pellitero**, en [iglesiaynuevaevangelizacion.blogspot.com](http://iglesiaynuevaevangelizacion.blogspot.com).