

LA ORACIÓN CONYUGAL Y FAMILIAR

JOSÉ S. ROLDÁN SANABRIA, OSA

“Aquí tienes mi secreto. Es muy sencillo: Solamente vemos bien con el corazón. Lo esencial es invisible a los ojos. El tiempo que has perdido por tu rosa ha hecho que tu rosa sea importante”.

(Saint-Exupéry)

La persona humana de nuestro tiempo necesita recogerse en la hondura de su corazón para descubrir que motor de la vida es el amor. A mayor diálogo y comunicación entre las personas, más conocimiento, más amor, más entrega y más generosidad.

Por eso, la oración verdadera va unida al ejercicio del amor. Popularmente, decimos que en el corazón está la vida y que amamos con el corazón. El corazón es la sede de Dios y de nuestro yo más personal e íntimo. Así lo veía san Agustín; *Volved al corazón; ¿qué es eso de ir por los caminos de la soledad y vida errante y vagabunda? Volved, ¿a dónde? Al Señor. Volved al corazón; allí está la imagen de Dios. (Comentarios a los Salmos 18,10).*

Ante un mundo agitado, acelerado, bullicioso y lleno de prisas, es necesario detenerse, hacer un alto en el camino, dedicarse un tiempo a uno mismo, descubrir la experiencia de amar y ser amado (*Confesiones* II,2,2), saborear la vida y disfrutar de la paz interior.

La oración hace posible el encuentro con Dios, consigo mismo y con los demás, a través del silencio, el diálogo, la gratuidad, el sosiego, la alegría y la felicidad. Orar es ponerse en contacto con el *maestro interior* y encontrarse con la propia verdad y con Dios: A Dios, no se le llama con la voz, sino con el corazón. (*Comentarios a los Salmos* 30, 2)

El tema de la oración apunta hoy hacia una civilización del amor y una cultura de la vida; a una entrega abierta a la persona de Jesús que experimentó y cultivó ese espacio vital para escuchar la voluntad de su Padre y llevar a cabo su plan de salvación en el mundo. La oración despierta el asombro y la admiración ante una vida que se presenta como bondad, belleza y regalo de Dios. Y esto se hace palpable reconociendo las huellas de Dios en la naturaleza y en el hermano que vive a nuestro lado. Presencia especial de Dios en el débil y necesitado, en el enfermo que busca compañía, acogida y amor.

El cristiano o es persona de oración o no es nada. Lo recordaba uno de los teólogos católicos más importantes del siglo XX, el P. Karl Rahner: *“Ya se ha dicho que el cristiano del futuro será místico o dejará de ser cristiano. Esta frase es correcta y su verdad y su peso se harán más patentes en la espiritualidad futura, cuando por mística no sean entendidos fenómenos parapsicológicos, sino una auténtica experiencia de Dios que emana del centro de la existencia”.* (*Encontrar a Dios hoy a través de la contemplación*, pp. 57-

58). Sólo a través de la oración puede uno encontrarse con el Dios viviente. La oración está en el corazón de la vida del cristiano, es algo central y nuclear. Punto de apoyo y consistencia de nuestras raíces cristianas.

LOS DESAFÍOS DEL MATRIMONIO Y DE LA FAMILIA ANTE LOS CAMBIOS SOCIALES

El matrimonio y la familia constituyen la primera célula de la sociedad. Son el valor más importante por la función que cumplen como agentes de socialización de la persona. Juan Pablo II no dudó en afirmar: “*¡El futuro de la humanidad se fragua en la familia!*”.

Si el ser humano no puede vivir sin amor, ¿dónde aprendemos lo que es el amor desinteresado y dónde aprendemos y recibimos las demostraciones de cariño? En la familia, sin duda, como primera escuela de valores humanos y cristianos. Estamos, entonces, ante la primera y gran cátedra que prepara para el amor y la vida feliz.

La visión del matrimonio y la familia en estos últimos años ha experimentado cambios profundos, rápidos y radicales a todos los niveles: sociales, culturales, políticos y religiosos. “*Podemos constatar así una profunda fractura entre una cultura determinada y exclusivista que impone una visión deformada sobre el matrimonio, sobre la familia, y la realidad social de nuestro país que, a pesar de la poderosa presión mediática, valora muy positivamente la institución familiar*” (*Directorio de la pastoral familiar de la Iglesia en España*, nº 16) Todo esto nos lleva a revisar nuestras actitudes y comportamientos ante esta nueva situación. Los sociólogos coinciden en subrayar que la institución familiar se encuentra hoy sometida a cambios de fondo en el papel y relaciones que se establecen entre padres e hijos. La estructura estable de relaciones y competencias que configuraba la familia tradicional, está pasando y sufriendo una crisis significativa.

El matrimonio y la familia – como otras instituciones sociales –, están bajo el influjo de los “cambios rápidos y profundos” de los que habló en su día el Concilio Vaticano II. No dudó en hablar de una “*verdadera metamorfosis social y cultural*” (*Gaudium et spes*, 4). Más aún, afirmó que “*las circunstancias de la vida del hombre moderno en el aspecto social y cultural han cambiado profundamente, tanto que se puede hablar con razón de una nueva época en la historia humana*” (*Gaudium et spes*, 54).

Nos encontramos actualmente en un entorno ambiental, social y cultural de pluralismo y de transformaciones constantes en todos los sentidos. Vamos a señalar algunos aspectos que pueden dificultar la vida matrimonial y familiar:

- El amor entre hombre y mujer aparece como desvirtuado y manipulado. El clima social, alimentado por algunos medios de comunicación, debilita la institución familiar cada vez más abierta al divorcio, la infidelidad conyugal, la eutanasia, el aborto, etc.

- Para muchos matrimonios los tiempos de convivencia en el hogar se reducen al mínimo por las exigencias laborales de uno o de los cónyuges. Encuentros breves para cenar y descansar, pero sin cuidar los espacios para el diálogo y la relación afectiva.
- Dificultad en la educación de los hijos, debido al sistema relativista y plural de la vida y de los distintos códigos morales. Muchos hijos no aceptan esos códigos de los padres en una sociedad que se caracteriza por la diversidad de comportamientos sociales.
- La conflictividad y la violencia – expresada de formas distintas – en el ámbito familiar, por causa de criterios dispares en la convivencia. Cuando la tolerancia y el perdón están ausentes, el riesgo del conflicto está cerca.
- La crisis económica y la carestía de la vida presenta mayores dificultades para la estabilidad familiar. Hay razones socioeconómicas que marcan pautas acerca del número determinado de hijos y condicionan otras decisiones que pertenecen a la intimidad del matrimonio.

Existen otros aspectos positivos para poder establecer un encuentro y acercamiento entre el matrimonio y los otros miembros de la familia. Indicamos algunos de ellos:

- Mayor igualdad y conciencia más viva de la libertad personal. Todas las tareas de la casa se comparten.
- Aumento de sensibilidad en la educación y cuidado de los hijos, al ser concebidos y recibidos conscientemente.
- Apertura y trato cercano, espontáneo y natural entre sí y con otras familias para el intercambio y enriquecimiento mutuo de valores.
- Al disponer de mejores medios a su alcance, los padres favorecen un mayor interés por la cultura, la formación y el ocio.

Es necesario abrir un nuevo estilo e imagen del matrimonio y de la familia donde sean más participativos, creativos y solidarios.

Familia **de talla humana**: Donde se establezcan las relaciones primarias de amistad, comunión y servicio.

Familia **participativa**: Cada uno participa y colabora de modo responsable en las tareas y deberes domésticos.

Familia **orante**: Que expresa y celebra su fe desde la Palabra de Dios, la oración y los sacramentos.

Familia **pequeña comunidad**: Que vive y practica la vida en común, abierta a otras familias para participar en la iglesia doméstica.

La primera escuela que tiene el ser humano para aprender lo que es una familia es, evidentemente, la propia familia. De ahí la importancia que el ambiente que encuentre el niño al nacer sea un estilo acogedor, cálido, positivo, constructivo y alentador. Antes de conocer los distintos papeles y funciones sobre la familia, el niño tiene que experimentarla de forma vivencial, sin demasiadas explicaciones, por contagio y cariño.

Hoy estamos necesariamente abocados a convivir con distintos tipos de familias y a crear nuevos modelos. Todo ello afecta y condiciona la forma de entenderse a sí mismos el varón y la mujer: nuevos roles y responsabilidades en el hogar, diversidad de horarios, un concepto de mayor libertad personal, autonomía en el plano económico y otros muchos aspectos que van apareciendo y configurando una tipología distinta de matrimonio y familia. Pero en todos los modelos la base común es el amor. Donde hay amor, el matrimonio y la familia permanecen unidos. Siempre triunfa el amor sobre todo lo que sea egoísmo.

- Comentar los principios básicos que sustentan hoy vuestro proyecto de matrimonio y familia.
- ¿Qué aspectos positivos y negativos encontráis en vuestra relación de pareja?
- ¿Qué dificultades aparecen en la educación humana y cristiana de vuestros hijos/as?

MATRIMONIO COMO DONACIÓN, ENTREGA Y SERVICIO

La vida es un regalo que recibimos de Dios, benevolencia de la bondad y el amor de la obra de la creación. Hay que saber asombrarse y llenarse de gratitud ante la grandeza de semejante don. A veces, la vida la vemos como una propiedad privada, como una posesión única e individual. Sin darnos cuenta que vivimos en pareja, en comunidad y somos administradores de esos dones al servicio de los demás. *“Toda la naturaleza – la Providencia – es un anhelo de servicio, sirve la nube, el viento, el surco, la flor, la tierra. Donde haya un árbol que plantar, plántalo tú. Donde haya un error que enmendar, hazlo tú. Tú serás el que aparte la piedra del camino, el que ponga fin al problema, el que haga el esfuerzo que los demás rehuyen, el que salpique la nota alegre en los corazones tristes. Pero triste sería el mundo si no hubiera un rosal que plantar, un niño que peinar, una misión que emprender”* (Gabriela Mistral)

En efecto, habiendo recibido gratis la vida, debemos, por nuestra parte, darla a los demás de manera gratuita. *“Gratis lo recibisteis; dadlo gratis”* (Mt 10,

8). El mundo, sin embargo, valora las relaciones con los otros en función del interés y el provecho propio, dando lugar a una visión egocéntrica de la existencia, en la que apenas existe lugar para el débil y necesitado de nuestra ayuda. Toda persona debe ser amada y acogida por sí misma, más allá de sus posibilidades económicas, cualidades o defectos.

Las palabras y los gestos de Jesús en la última cena sobre el servicio total a los demás, pueden significar la más elevada toma de conciencia sobre el sentido de la vida humana. Ese sentido no puede ser otro que el amor, la donación, la entrega total a los demás. Él nos decía: Estoy entre vosotros como el que sirve.

Jesús se entrega por nosotros, renueva nuestra vida y nos hace partícipes de esa misma vida de intimidad con Dios y nos hace experimentar su amor por cada uno de nosotros. Así seremos constructores de la civilización del amor, abiertos a un mundo más humano y mejor. Rabindranath Tagore, Premio Nóbel de literatura en 1913, escribió: *“Yo dormía y soñé que la vida era alegría, me desperté y vi que la vida era servicio. Serví y comprendí que el servicio era la alegría”*.

¿Qué puede haber en nosotros que no lo hayamos recibido gratuitamente? Mercedes Sosa, cantante argentina considerada la "voz de Latinoamérica", ha popularizado un hermoso himno de gratitud a la vida: *“Gracias a la vida que me ha dado tanto”*.

La imagen del matrimonio es reflejo de esta gratuidad y servicio mutuos. Cada uno ofrece y recibe dones preciosos. El otro es un don providencial, alguien a quien honrar y amar. Aceptar su imagen y su modo de ser reales – con sus luces y sombras, valores y defectos –, es reconocer su singularidad y no pretender hacer al otro a mi imagen y semejanza. Puede, sin duda – por amor al otro –, trabajar en el perfeccionamiento de uno mismo con el fin de convertirse en un don mejor.

Acoger, respetar, valorar y promover la diferencia del otro son actitudes básicas en el matrimonio. Es el juego de la diversidad y la complementariedad que desemboca en el encuentro de dos personas que se sienten felices por poder compartir sin reservas lo mejor de ellos mismos.

Con la ayuda del otro se superan la tristeza, las desilusiones y el desencanto. Todo se ve desde otro prisma más positivo y abierto al futuro. Dios creó la diversidad: *“hombre y mujer los creó”* (Gn 1, 27) Es una fuente de enriquecimiento humano y cristiano. Viven para ayudarse y crecer juntos en el amor.

“Nacisteis juntos, y juntos estaréis para siempre. Estaréis juntos cuando las alas blancas de la muerte esparzan vuestros días. Sí, estaréis juntos aun en la memoria silenciosa de Dios.

Pero dejad que haya espacios en vuestra cercanía. Y dejad que los vientos del cielo dancen entre vosotros. Amaos el uno al otro, pero no hagáis del amor una atadura. Que sea, más bien, un mar movible entre las costas de vuestras almas”. (Khalil Gibran, *El Profeta*, p. 358)

Cuando la pareja dialoga y se comunica, habla fácilmente sobre lo que hace, actividades concretas, vida laboral, noticias de prensa o televisión. La conversación se hace más difícil cuando entra a tratar lo que se piensa, lo que se siente, el mundo de las ideas, de los sentimientos y las emociones, las demandas y expectativas en el campo del amor. Y es necesario llegar a este nivel más hondo de comunicación.

El amor se hace palpable y tangible cuando piensa más en darse al otro que encerrarse en sí mismo. En el segundo caso, estamos ante una falsificación del amor. Es mejor dar que recibir. Cuando uno hace la experiencia de estar siempre abierto y disponible a las personas con quienes convivimos, la satisfacción y la multiplicación de detalles y cariño colma todo deseo de recibir. El que da, siempre se enriquece más que el propio receptor.

Recuerdo aquella historia que nos narra la vida de un matrimonio y en la medida que uno se entregaba al otro con desprendimiento y sin buscar mayor interés, la reacción era la donación total y plena, el amor que no conoce límites, el amor sin medida de que habla san Agustín (cf. *Carta* 109, 2).

Cuenta Tagore esta bella historia: *“Era un matrimonio pobre. Ella hilaba a la puerta de su choza pensando en su marido. Todo el que pasaba por allí, quedaba prendado de la belleza de su cabello: Era negro, brillante, como hebras brillantes salidas de su rueca.*

Él iba al mercado cada día a vender algunas frutas. A la sombra de un árbol se sentaba a esperar, sujetando entre los dientes una pipa vacía. No le llegaba el dinero para comprar un pellizco de tabaco.

Se acercaba el día del aniversario de boda y ella no hacía sino preguntarse qué podría regalar a su marido.

Y además, ¿con qué dinero? Una idea cruzó su mente. Sintió un escalofrío al pensarlo, pero al decidirse, todo su cuerpo se estremeció de gozo: vendería su pelo para comprarle tabaco a su marido.

Ya imaginaba a su hombre en la plaza, sentado ante sus frutas, dando largas bocanadas a la pipa, aromas de incienso y de jazmín darían al dueño del puestecillo la solemnidad y el prestigio de un verdadero comerciante.

Sólo obtuvo por el pelo unas cuantas monedas, pero eligió con cuidado el más fino estuche de tabaco. El perfume de las hojas arrugadas compensaba largamente el sacrificio de su pelo.

Al llegar la tarde regresó el marido. Venía cantando por el camino. Traía un pequeño envoltorio en su mano, eran unos peines para su mujer, que acababa de comprar con el dinero que había obtenido por vender su pipa”

- ¿En nuestra vida matrimonial somos conscientes de la necesidad de entrega del uno al otro de forma generosa y gratuita?
- ¿Acepto a la persona que convive conmigo tal como es? ¿Cuáles son las mayores dificultades?
- ¿Siento que soy persona agradecida con mi pareja? ¿En qué momentos lo expreso con facilidad?

¿QUÉ ES LA ORACIÓN?

¡Qué bueno es orar! También hoy. En medio del trasiego y de la prisa, a pesar del intenso trabajo, por encima de los compromisos sociales y el tiempo de ocio. ¡Qué bueno encontrar lugar y tiempo para rezar!

Una persona sin estos momentos de paz reconfortante, no podrá explicarse el sentido de su vida. *“Debemos orar necesariamente siempre y en todo lugar, no sólo durante nuestras ocupaciones, no sólo cuando estamos despiertos, sino también mientras dormimos. Yo duermo, pero mi corazón vela”*. (El peregrino ruso, 1)

La oración es un encuentro vital con Dios. La oración es vida y la vida es oración. Orar es entrar en la órbita de Dios que nos ha salvado en su Hijo Jesucristo y anima la vida a través del Espíritu Santo. Orar es un trato familiar y cercano con quien sabemos que nos ama. Dios se acerca a nosotros y nosotros vamos hacia él, en una relación filial y fraterna, de seres cercanos que se hablan en un clima de confianza y amistad.

La clave profunda de la oración consiste en una relación recíproca de amor entre Dios y el hombre de modo íntimo y personal, para llegar a la comunión. Toda oración está impregnada de la dimensión afectiva y tiene sentido si se hace desde el deseo y la búsqueda del encuentro con Dios. San Agustín lo expresa así: Si pones amor en las cosas, las cosas tendrán sentido. Si las retiras el amor, se tornarán vacías. (Sermón 138, 2)

Para san Agustín la oración es una conversación con Dios. Cuando tú lees la Escritura, Dios habla contigo; cuando tú oras le hablas a Dios (Comentario a los Salmos 85, 7). Se trata de una verdadera conversación, un diálogo con Dios, y – como todo diálogo – unas veces Dios habla y el hombre escucha, otras veces el ser humano dirige a Dios su palabra.

Santa Teresa de Jesús – mujer orante – define la oración como *“el tratar de amistad, estando muchas veces a solas, con quien sabemos nos ama”* (Vida 8, 2). La oración es de corazón a corazón, del corazón del orante al corazón de Dios. En lo profundo del ser es donde albergamos los sentimientos. El impulso de la vida es el amor y el amor es la vida de Dios. Cuanto más amamos, más cerca está Dios y de ahí aprendemos a amar mejor. *“En esto consiste el amor; no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino que Él nos amó”* (1 Jn 4, 10).

El Catecismo de la Iglesia Católica dice que la oración es: *“La elevación del alma a Dios para pedirle a Dios los bienes que nos convienen”* (2559). Una vez que la mente se eleva a Dios y nos acerca a un contacto profundo con él, oramos porque confiamos en Dios.

La madre Teresa de Calcuta subraya que *“orar es ponerse en manos de Dios, a su disposición, y escuchar su voz en lo profundo de nuestros corazones”*. Ponerse a disposición de Dios es hacer su voluntad. La iniciativa la tiene Dios y la respuesta se traduce en ser dóciles a la acción del Espíritu que orienta y dirige la vida.

La relación con Dios se vive en clave de amistad y se pasa de ser *algo* a ser *Alguien* con quien se establecen unos lazos de cariño y confianza. Una relación que es fuente de gozo, paz y alegría. Dios se convierte en Alguien atrayente con quien se desea estar y sentir la necesidad de pasar muchos momentos con él.

Empieza a vivirse la vida en una dimensión de profundidad, de interioridad, de contagio de Dios. Mirar con amor a las personas y a las cosas y sentir que su presencia nos sostiene y alienta. Viendo a Dios presente en todas las cosas.

*Mi amado, las montañas,
los valles solitarios nemorosos,
las ínsulas extrañas,
los ríos sonoros,
el silbo de los aires amorosos.*

*La noche sosegada
en par de los levantes de la aurora,
la música callada,
la soledad sonora,
la cena que recrea y enamora.*

(San Juan de la Cruz, *Cántico espiritual*, Canción V)

O como nos recordaba la misma Teresa de Jesús:

*“Nada te turbe, nada te espante, todo se pasa,
Dios no se muda; la paciencia todo lo alcanza;
quien a Dios tiene, nada le falta: sólo Dios basta”.*

JESÚS, MAESTRO DE ORACIÓN

En los datos recogidos tanto por los evangelios como en las primeras comunidades cristianas sobre la vida y hechos de Jesús, se descubre que la oración ocupa un lugar esencial y primordial para él. Toda su proyección vital estaba ocupada por la predicación del Reino y sus signos eran expresión de su profunda experiencia de Dios por su contacto continuo en la oración. Jesús oraba con frecuencia a su Padre, estaba totalmente unido a él, y en todos los momentos trascendentales y de toma de decisiones, estaba inspirado y guiado por su Padre-Dios.

Se pueden entresacar variados textos evangélicos donde apreciar la dimensión de la oración personal de Jesús. A menudo, se apartaba a solas a lugares de paz y silencio: *“Se levantó muy de madrugada, salió y se marchó al descampado y estuvo orando allí”* (Mc 1, 35). *“Por aquel entonces se fue a la montaña a orar y se pasó la noche orando a Dios. Cuando se hizo de día llamó a sus discípulos, escogió a doce de ellos y los nombró apóstoles”* (Lc 6, 12-13)

“Se hablaba de Él cada vez más, mucha gente acudía a oírlo y a que los curara de sus enfermedades. Él, en cambio, solía retirarse a despoblado para orar” (Lc 5, 15-16). “Llegaron a una finca que se llama Getsemaní, y dijo a sus discípulos: Sentaos aquí mientras yo voy a orar” (Mc 14, 32)

Como cualquier judío piadoso, Jesús también oró en el templo y en la sinagoga, pero para Jesús la nueva adoración debería ser practicada en *“espíritu y verdad”* (Jn 4, 23) Cualquier templo, cualquier lugar, cualquier ocasión y acontecimiento pueden dar motivo para elevar nuestras súplicas a Dios.

Otra dimensión de su oración se encuentra en su vida pública y de proclamación del evangelio en forma de bendición. Veamos algunos de esos textos.

“Y tomando él los cinco panes y los dos peces, alzó la mirada al cielo, pronunció la bendición, partió los panes y se los dio a los discípulos para que se los sirvieran. Repartió también los dos peces entre todos” (Mc 6,41). “Y abrazaba a los niños, y los bendecía poniendo las manos sobre ellos” (Mc 10, 16). Tomando Jesús la palabra, dijo: “Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a los sabios e inteligentes, y se las has revelado a los pequeños” (Mt 11, 25).

En la resurrección de Lázaro se recoge en oración y dice: *“Padre, te doy gracias por haberme escuchado. Ya sabía yo que tú siempre me escuchas, lo he dicho por éstos que me rodean, para que crean que tú me has enviado” (Jn 11, 41). Y si nos hacemos la pregunta, ¿cuándo y cuánto tenemos que orar?, la respuesta de Jesús es clara y contundente: “es preciso orar siempre y sin desfallecer” (Lc 18, 1).*

Los apóstoles descubrieron algo fundamental y especial en esa oración de Jesús que les llevó a pedir: *“Señor, enséñanos a orar” (Lc 11, 1).* Y Jesús nos dice claramente como debemos orar: *“Tú, cuando vayas a rezar, entra en tu habitación, cierra la puerta y reza a tu Padre, que está en lo escondido, y tu Padre, que ve en lo escondido, te lo pagará” (Mt 6, 6).* Es una oración interior, profunda, encuentro con el Padre e impulso para cumplir sus designios. Por eso, hemos de aprender en la escuela de Jesús y descubrir los efectos insospechados que pueden aportarnos.

Ya los primeros cristianos adoptaron el Padre Nuestro como la oración por excelencia. Su riqueza es inagotable. Es una manera nueva de dirigirse a Dios, llamándole ¡Abba!, ¡Padre!. Abba es un término familiar que los niños usaban para llamar a su padre. Abba se podría traducir por “papá”. Nadie se hubiera atrevido a llamarle así, si no fuera el propio Jesús quien lo hizo primero. Es tratar a Dios desde la confianza, la cercanía, el sentimiento de filiación.

Y esto no fue revelado por Moisés o los profetas, sino que lo hemos recibido de Jesús, su Hijo. La oración del Padre Nuestro hace posible el trato familiar con Dios. En los labios de Cristo, la oración humana se hizo cristiana. Nos enseñó a orar el maestro interior que instruye y alimenta. Toda su vida es

oración por su disponibilidad a la voluntad del Padre. Es la expresión más fiel de la espiritualidad cristiana porque nace del amor a Dios y el amor al prójimo. Lo que destaca en esa oración de Jesús es el clima de confianza e intimidad con Dios. Resultado de un diálogo filial y de comunión con el Padre.

Jesús nos invita a dirigirnos a un Dios que no hay que hablarle mucho para convencerle. Más bien a un Dios que nos escucha sin grandes palabras ni gestos grandilocuentes, con sencillez y espontaneidad.

“Vosotros al orar, no charléis mucho como los gentiles que se figuran que por su palabrería van a ser escuchados. No seáis, pues, como ellos, porque vuestro Padre sabe lo que necesitáis antes de pedírselo” (Mt 6, 7-8). Dios es nuestro Padre bueno y sabe *“dar cosas buenas a los que se lo pidan”* (Mt 7, 11). Y Jesús intenta poder llevar a feliz término la voluntad del Padre, buscando el Reino de Dios y su justicia. Que es la finalidad que impulsa su vida cuando el mismo nos dice: *“Mi alimento es hacer la voluntad del que me ha enviado y llevar a cabo su obra”* (Jn. 4, 34).

Jesús, en los momentos finales de su vida, exclamó: *“¡Abba! ¡Padre!: Tú lo puedes todo, aparta de mí este cáliz, pero no se haga lo que yo quiero, sino lo que quieres tú”* (Mc. 14, 36). Confiarse a la voluntad de Dios, desear la voluntad de Dios y no la nuestra. La oración debe ser profunda, humilde y perseverante.

Y así, al comunicar nuestros deseos al Padre, sabemos que nuestra petición es escuchada, porque es confiada y verdadera. *“Porque todo el que pide, recibe; el que busca, halla; y al que llama, se le abrirá”* (Lc. 11, 10).

LA ORACIÓN PERSONAL

El paso previo y necesario para llegar a compartir la oración conyugal, es lo que habitualmente llamamos oración personal, que supone una experiencia íntima e individual para encontrarse con Dios, hablarle a solas desde la meditación y el silencio de modo habitual y de forma continuada. *“Rezad con fidelidad, permanecer vigilantes por la oración siempre alerta y dando gracias a Dios”* (Col 4,2).

Cada uno de nosotros estamos llamados a donar nuestro tiempo al Señor para un encuentro íntimo con él y poder vivir de su presencia. Este tipo de oración cotidiana desarrolla en nosotros la capacidad de escucha y de diálogo con Dios. Consiste en dedicar un tiempo para estar a solas con aquel que sabemos nos ama. Es un tiempo de escucha silenciosa – de corazón a corazón –, un tiempo de descubrimiento y aceptación del proyecto de Dios sobre cada persona.

No existen reglas rígidas para orar. Cada persona decide aquello que más le conviene, cuándo, dónde y cómo. Aquello que parece más importante para desarrollar esa profunda unión con Dios en la perseverancia y regularidad. En el Catecismo de la Iglesia Católica leemos: *“Las palabras en la oración no son discursos sino leños que alimentan el fuego del amor”* (2717)

Desde esta dimensión personal de la oración, es posible descubrir que el cristiano no vive aislado y necesita sumar con otras personas esa vivencia oracional de uno mismo. Esto es lo que se comunica y prolonga en el matrimonio y en la familia. En esa realidad de pareja y de hijos se siente unido e interdependiente con los que convive y comparte su vida.

LA ORACIÓN CONYUGAL

Cristo está presente de una manera muy especial cuando los esposos rezan juntos. No solamente renuevan su “sí” a Dios, sino que logran esa unidad profunda que sólo da la unión de los corazones y los espíritus en el sacramento del matrimonio. *“Yo en ellos y Tú en mí, para que sean perfectos en la unidad”* (Jn 17, 23).

La oración conyugal, ya decía anteriormente, se convierte en la expresión común de dos oraciones individuales y debe nacer naturalmente de una vida vivida en unión. Si los cónyuges tienen cada uno su propio estilo de oración, es muy importante que traten de desarrollar una forma común para descubrir y vivir una nueva dimensión de su encuentro conyugal. Su oración en común será más fácil, más auténtica y profunda cuando la escucha de la Palabra de Dios y la oración en silencio sean una práctica regular de los dos esposos. Vosotros, como esposos, entendéis mejor que nadie lo que significa *querer solamente agradar al otro*.

Orar en pareja es eso: querer agradar a Dios, desear que el matrimonio sea *cosa de tres*, ofrecerle un tiempo de la vida compartida. La oración conyugal es como la melodía de un coro que une sus voces en una misma melodía. Amar es una forma de oración. *¿Jugamos al amor mientras llega la muerte?*, se pregunta ese gran poeta, extremeño ciudadano del mundo que es José María Valverde. Cuando canta en sus versos el amor conyugal, nos brinda una imagen del matrimonio abierta a Dios con ternura y naturalidad.

La teoría dirá de forma más académica que la relación Padre – Hijo en el misterio trinitario es base de la relación de los esposos y que el varón y la mujer unidos en matrimonio son signo del amor de Jesucristo con su Iglesia.

Distintas formas de poner de relieve la reciprocidad del amor que valora al otro más que a sí mismo y se dispone a vivir del don del otro. Tú eres el primero y el más importante, tú eres mi vida y también mi vida es tuya.

La oración conyugal no es fruto de la improvisación sino que brota de la comunión, del amor que se hace alabanza, gratitud, perdón. Es la vida – con sus contraluces – la fuente de donde mana la oración compartida. No cualquier forma de vivir, naturalmente, porque la oración exige un ejercicio de interioridad, clamor del corazón, no de la boca ni de los labios, dirá san Agustín (*Sermón 156,15*).

¿Cómo hacer la oración conyugal?

Los elementos de apoyo de la oración conyugal son los mismos que cualquier otro tipo de oración:

- Oraciones vocales conocidas: Salmos, himnos, Padrenuestro, Salve, Rosario, Gloria, Credo, etc.
- Oración de la Iglesia: Laudes o vísperas. Recitar juntos los salmos en unión de tantas personas que lo hacen en sintonía con la comunidad eclesial. Y recordando a nuestros antepasados que lo han hecho de generación en generación.
- Textos de la Palabra de Dios: Lecturas bíblicas, reflexión, comentarios y silencio.
- Otros documentos de la Iglesia o libros de interés para cada uno: Leer textos y ponerlos en común.
- Acontecimientos de la vida que nos rodea y despierta todo tipo de reacción: Buscar aplicaciones prácticas para la vida conyugal.
- Peticiones a modo de oración espontánea y compartida: Alabanza, súplica, ofrenda, acción de gracias, etc.

Un posible esquema de esta forma de hacer la oración conyugal podría ser el siguiente:

- 1.- Hecho de vida para reflexionar a lo largo de la semana.
- 2.- Plegaría inicial para recitar todos los días.
- 3.- Lectura de la Palabra de Dios y breve silencio.
- 4.- Reflexión diaria.
- 5.- Oración en común: compartimos peticiones y necesidades.
- 6.- Rezamos el Padrenuestro cogidos de la mano.
- 7.- Oración final: la misma para toda la semana.

Cada familia es tan peculiar y diferente que no cabe señalar ningún esquema válido para todas. Las oraciones del cristiano aquí apuntadas, son recursos comunes y válidos siempre. Los acontecimientos de la vida personal o familiar, las noticias de la Iglesia o del mundo pueden sugerir otras formas de hacer presente a Dios en eso que llamamos la cotidianidad, el día a día vivido con Dios como testigo y compañero. Es la vida hecha oración que no se interrumpe nunca, como tampoco dejamos de respirar en ningún momento. San Agustín lo expresa diciendo: Te sugiero un medio para que, si quieres, alabes perpetuamente a Dios. Todo lo que hagas hazlo bien, y así alabaste a Dios. Cuando cantas un himno alabas a Dios. ¿Y qué hace tu lengua si no alaba al mismo tiempo tu corazón?...Prepárate con la inocencia de tus obras para alabar a Dios perpetuamente (*Comentarios a los Salmos* 34, s. 2, 16).

LA ORACIÓN EN FAMILIA

Cuando en el hogar hay niños, es importante reservar algún momento para la oración en familia. El hogar es para los niños su primera escuela de aprendizaje. Son los padres quienes tienen la obligación y el derecho de transmitirles la fe y hacer que la casa sea un lugar donde se sientan bien y dispuestos para la oración. El gran teólogo Karl Rahner se despedía como docente universitario en Munich. Tras su última lección académica, se abrió el diálogo. Alguien le pregunta: Padre Rahner, ¿cómo llegó usted al asunto de Dios? Rahner cerró un instante los ojos y cuando todos esperaban que aquel sabio construyera una argumentación sublime sobre la fe y la teología, contestó: *“Mire usted, yo creo porque mi madre me enseñó a rezar”*.

Los padres son los agentes primordiales de la educación de la fe cristiana de sus hijos. Se podría decir que la correa de transmisión de la fe son los padres. El cristiano no vive aislado, forma parte de la Iglesia, de la pequeña comunidad y de su familia como “iglesia doméstica”. La familia es el gran ventanal desde donde los hijos se asoman por vez primera a la vida. Lo que les impacta y llega más de cerca, es lo que ven en sus padres. Por eso lo importante no es lo que se reza sino el ver a sus padres rezar. Si los padres rezan antes de las comidas, antes de acostarse, el día de un cumpleaños, cuando algún ser querido está enfermo o en la televisión han aparecido las imágenes de una gran catástrofe, significan que la oración y la vida se funden en un abrazo y Dios es uno más de la familia..

Aunque los hijos sean un poco más mayores, es también importante aprovechar cualquier ocasión y motivo para rezar para que no se pueda percibir la idea de que la oración pertenece exclusivamente a la infancia. Oraciones memorizadas que crean hábito y oraciones espontáneas que exteriorizan los sentimientos humanos más hondos: la alabanza, la gratitud, el sufrimiento, la soledad, la angustia, la petición...Oración que desactiva tensiones, lima diferencias y restaura la confianza porque es ejercicio de perdón.

En una familia donde existe un cálido ambiente de diálogo y comunicación, es más fácil hablar también con Dios. Cada uno de los miembros de la familia – a su manera –, con su edad, su lenguaje y sus problemas, debe participar en la oración y aportar su palabra.

Todas las familias tienen su calendario de celebraciones. Son días que se esperan con ilusión porque tienen el carácter de fiestas o son fechas grabadas en el calendario del corazón: hoy hace tres años que murió el abuelo...Tampoco hay que unir la oración a lo extraordinario, a los días señalados en rojo. No existe la oración ocasional como tampoco existe el amor intermitente. *“Hay personas que luchan un día y son muy buenas. Otras que luchan un año y son mejores. Y existe un tercer grupo de personas que luchan toda la vida. Estas son las imprescindibles”*.

Acercarse a Dios como marido y mujer, alabar a Dios como padres acompañados de los hijos, colocar a Dios en el centro de la familia, decorar el hogar con algún elemento religioso, participar juntos en la vida sacramental de la Iglesia, preparar responsablemente el acontecimiento de la primera comunión o de la confirmación de los hijos, leer en familia una página de la Biblia para que Jesús sea, de verdad, nuestro Maestro como lo entendía san Agustín: Oró para enseñarnos a orar; padeció para enseñarnos a sufrir y resucitó para infundirnos la esperanza en la resurrección (*Comentarios a los Salmos* 56,5). Saber que Jesucristo es mediador de nuestra oración ante el Padre: Está con nosotros, habla en nosotros, habla de nosotros, habla por nosotros” (*Comentarios a los Salmos* 56,1).

- ¿Creéis que la oración conyugal es posible? ¿Sabéis que puede aportar un gran enriquecimiento mutuo de unión en la pareja?
- ¿Qué dificultades encontráis en la oración conyugal? ¿Medios que ponéis para superarlo?
- ¿Cuáles son vuestras formas de oración conyugal y familiar? ¿Cuáles os ayudan más?
- La oración familiar, ¿es algo que se vive en vuestro hogar? ¿Cómo y cuándo tiene lugar en vuestra familia?
- Cuando han surgido diferencias y pequeños conflictos, ¿habéis utilizado alguna vez la oración como signo de reconciliación?