

La Oración: El aliento del alma

Nuestra tradición católica nos enseña a rezar. Desde chiquitos memorizamos el *Padre Nuestro*, *Ave María* y *El Credo*. Al cultivar las tempranas semillas de la fe, uno se da cuenta de la grandeza del amor de Dios. Dios nos da la vida; la oración da orden, sentido y profundidad a la vida espiritual. La oración es una herramienta que hace que la relación con Dios sea más concreta. Las oraciones pueden ser privadas; entre el individuo y Dios. También pueden ser comunales; incluyendo una comunidad de personas, sea en misa o grupos de fe. El poder de la oración hace milagros y transforma vidas.

La oración es una conversación con Dios. Podemos hablar con nuestro Creador en voz alta o en silencio del corazón. De todas formas, el Padre nos entiende porque nos conoce. Dios se comunica a través de los acontecimientos de la vida cotidiana. Se revela también en el esplendor de la creación, en nuestras relaciones con los demás y de manera especial en Los Sacramentos. Cuando estamos dispuestos a escuchar, Dios se comunica en los momentos de tranquilidad y los momentos de dificultad.

La oración consistente contribuye a la unión con Dios y el crecimiento de la fe; es una puerta abierta a lo divino. El autor noruego, Ole Hallesby se refiere a la oración como el *aliento del alma*, escribió:

“El aire que nuestro cuerpo necesita nos envuelve por todos lados. El aire busca entrar a nuestros cuerpos, y por esta razón ejerce presión sobre nosotros (...) El aire que nuestro alma necesita también nos envuelve todo el tiempo y por todos lados. Dios está a nuestro alrededor en Cristo por todos lados, con Su gracia multiforme y todo-suficiente. Lo único que tenemos que hacer es abrir nuestro corazón. La oración es el aliento del alma. El corazón es el órgano por el cual recibimos a Cristo. Como el aire entra silenciosamente cuando respiramos, y hace sus funciones normales en nuestros pulmones, así también entra Jesús silenciosamente a nuestros corazones y hace su bendito trabajo allí.”

Hablando espiritualmente, necesitamos respirar todos los días continuamente. Al exhalar las preocupaciones y temores, inhalamos la paz del Señor, cocientes de que nuestras vidas están en sus manos.

Por: Rebecca Piña Cammarota