

HORA SANTA PARA HACER EN CASA

Para la hora santa de este Jueves santo que estamos viviendo en casa os propongo el siguiente guión de oración que podéis seguir esta noche, comienzo con unas instrucciones iniciales y al final del todo os indico un modo concreto de oración contemplativa desde el Evangelio.

Partimos de un convencimiento seguro: Dios nos mira como un padre a sus hijos, con el amor del enamorado, dispuesto siempre a sonreírnos y bendecirnos... No necesitaremos muchas palabras, pero sí capacidad de contemplar y de escuchar, de adorarle en espíritu y en verdad. Santa Teresa de Jesús decía: «Orar es tratar de amistad con quien sabemos que nos ama». El amor nuestro debe estar en sintonía con el de Dios, por eso es importante perseverar en el tiempo de oración: «amistad que pueda perderse nunca fue verdadera» (San Jerónimo).

La oración de esta noche puede tener tres momentos: «Venid conmigo», «Velad-orad conmigo» y «Hágase en todo tu voluntad». (Al final de estas páginas os propongo un modo de contemplación de los textos del evangelio, por si os puede servir).

Lo primero de todo es buscar un lugar de oración en nuestra casa, donde podamos estar tranquilos y ambientarlo un poco, bastará con poner abierta nuestra biblia en un lugar destacado, y encender una vela, es a la vez ofrenda e invitación a que la presencia de Dios nos inunde, como la luz de la vela nos envuelve. Si os ayuda podéis poner alguna imagen de Jesús. Conviene que estar cómodos.



El Señor mismo nos puede guiar: Jesús se aparta a un lugar solitario para orar por la mañana: «Se levantó de madrugada, cuando todavía estaba muy oscuro, se marchó a un lugar solitario y allí se puso a orar» (Lc 1,35). Al acabar el día: «después de despedir a la gente subió al monte a solas para orar. Llegada la noche estaba allí solo» (Mt 15,29). Hace oraciones en público: «Te doy gracias, Padre, Señor de cielo y tierra...» (Mt 11,25). Tiene una convicción profunda: «Padre... yo sé

que tú siempre me escuchas...» (Jn 11,42). Termina su vida con una oración: «Padre, a tus manos encomiendo mi espíritu» (Lc 23,46). Los discípulos, que ya rezan, descubren la importancia del modo de oración de Jesús y le piden: «enséñanos a orar» (Lc 11,3). También nosotros le decimos esta noche: enséñame a orar.

Comenzamos preparando un lugar en nuestro interior, digamos en el corazón, para el encuentro con Dios. Le decimos con la fuerza de nuestra fe: creo, Señor, que esta noche, como cada instante de mi vida, estás cerca, quiero sentir tu presencia y dejarme acompañar en este tiempo de oración...

1. VENID CONMIGO

La relación con Dios es personal, requiere contacto con él. Nuestra primera idea sobre Dios es lo que nuestros padres, maestros, catequistas o sacerdotes nos dicen, el siguiente paso es estar con él, tener la experiencia del encuentro con “el amigo”.

Lectura del Evangelio según san Juan, capítulo 1, versículos 38 al 42 (Jn 1,38-42).



[Aquel día] estaba Juan con dos de sus discípulos y, fijándose en Jesús que pasaba, dice: «Este es el Cordero de Dios». Los dos discípulos oyeron sus palabras y siguieron a Jesús. Jesús se volvió y, al ver que lo seguían, les pregunta: «¿Qué buscáis?». Ellos le contestaron: «Rabí (que significa Maestro), ¿dónde vives?». Él les dijo: «Venid y veréis». Entonces fueron, vieron dónde vivía y se quedaron con él aquel día; era como la hora décima [las

cuatro de la tarde]. Andrés, hermano de Simón Pedro, era uno de los dos que oyeron a Juan y siguieron a Jesús; encuentra primero a su hermano Simón y le dice: «Hemos encontrado al Mesías (que significa Cristo)». Y lo llevó a Jesús.

Palabra del Señor.

Hacemos un silencio contemplativo, dejamos que la palabra de Dios, el evangelio, resuene en nuestro pensamiento y en nuestro corazón, convencidos de que estas palabras están escritas para nosotros, para el momento presente.

Este evangelio puede plantearnos algunas preguntas: Como Juan y Andrés, ¿busco el encuentro personal con Dios? Ellos lo buscaron a las cuatro de la tarde, ¿qué hora del día es para mí la del encuentro con Jesucristo? Andrés comunicó su experiencia a su hermano Pedro, ¿comparto esta experiencia con mi familia, con otras personas?

Podemos responder a este evangelio como *Rafael Duyos Giorgeta*, que escribió este poema:

Muchas veces, Señor, a la hora décima
-sobremesa en sosiego-,
recuerdo que, a esa hora, a Juan y a
Andrés
les saliste al encuentro.
Ansiosos caminaros tras de ti...
«¿Qué buscáis...?» Les miraste. Hubo
silencio.
El cielo de las cuatro de la tarde
halló en las aguas del Jordán su espejo,
y el río se hizo más azul de pronto,
¡el río se hizo cielo!

«Rabí -hablaron los dos-, ¿en dónde moras?»
«Venid y lo veréis». Fueron y vieron...
«Señor, ¿en dónde vives?».
«Ven y verás». Y yo te sigo y siento
que estás... ¡en todas partes!,
¡y que es tan fácil ser tu compañero...!
Al sol de la hora décima, lo mismo
que a Juan y a Andrés -es Juan quien da fe de ello-,
lo mismo, cada vez que yo te busque,
Señor, ¡sal a mi encuentro!

Es momento de decirle a Dios lo que ha suscitado en nosotros este evangelio. Es también un buen momento para pedir por las vocaciones al sacerdocio y a los otros servicios de la Iglesia: institutos de vida consagrada, Cáritas, misiones... Podemos cantar o escuchar:

Maestro, te seguiré
a donde quiera que vayas,
adonde quiera que vayas,
te seguiré.
Sígueme amigo,
anda vende lo que tienes
y lo das al que es mendigo,
tú tendrás un tesoro en el cielo:
ven y sígueme.
Maestro, te seguiré...

Sígueme amigo,
que la mies es abundante
y pocos los decididos.
Tu palabra será vida eterna,
ven y sígueme.
Maestro, te seguiré...
Sígueme amigo,
abandona ya tus redes
porque yo te necesito.
Tú serás pescador de los hombres,
ven y sígueme
Maestro, te seguiré...

2. VELAD, ORAD CONMIGO

El Jueves Santo tiene una relación muy estrecha con la institución del sacerdocio. Las palabras de Jesús: «haced esto en memoria mía», da capacidad a los apóstoles para continuar su obra de salvación a en el servicio sacerdotal, que incluye el anuncio del evangelio, la celebración de la fe, el ejercicio de la caridad y la obra de la santificación a través de los sacramentos. Este servicio requiere la experiencia reiterada de encuentro con Jesús: «Venid vosotros a solas a un lugar desierto a descansar un poco» (Mc 6,31).

Lectura del Evangelio según san Mateo, capítulo 26, versículos 30 y 36 al 41 (Mt 26,30.36-41)



Después de cantar el himno salieron para el monte de los Olivos. Entonces Jesús fue con ellos a un huerto, llamado Getsemaní, y dijo a los discípulos: «Sentaos aquí, mientras voy allá a orar». Y llevándose a Pedro y a los dos hijos de Zebedeo, empezó a sentir tristeza y angustia. Entonces les dijo: «Mi alma está triste hasta la muerte; quedaos aquí y velad conmigo». Y adelantándose un poco cayó rostro en tierra y oraba diciendo: «Padre mío, si es posible, que pase de mí este cáliz. Pero no se haga como yo quiero, sino como quieres tú».

Y volvió a los discípulos y los encontró dormidos. Dijo a Pedro: «¿No habéis podido velar una hora conmigo? Velad y orad para no caer en la tentación, pues el espíritu está pronto, pero la carne es débil».

Palabra del Señor.

Dejamos que las palabras del evangelio resuenen en nuestro interior.

Después de la última cena, Jesús se dirige a un lugar tranquilo a descansar, sabe que su momento final está cerca, hace oración en solitario, aunque pide a sus discípulos más cercanos que velen –se mantengan atentos y despiertos– y recen por él, no lo consiguen, duermen.

Vemos a Jesús que reza en los momentos de angustia que está viviendo, pide a sus amigos que recen por él... ¿Acompaño con mi presencia y mi oración a las personas cercanas que sufren? En estos días de la pandemia ¿pido por las personas enfermas, por sus familias, por los médicos y sanitarios, por las personas que se mantienen en su lugar de servicio para que todo siga funcionando y nos llegue lo necesario para vivir?

La seguridad de que Dios es Padre, que está atento a nuestra situación y a nuestra oración la expresan muy bien los salmos, como este fragmento del Salmo 18 (Sal 18,2-7.26-29)

Yo te amo, Señor; tú eres mi fortaleza;
Señor, mi roca, mi alcázar, mi libertador.
Dios mío, peña mía, refugio mío,
escudo mío, mi fuerza salvadora, mi baluarte.
Invoco al Señor de mi alabanza
y quedo libre de mis enemigos.
Me cercaban olas mortales,
torrentes destructores me aterraban,
me envolvían las redes del abismo;
me alcanzaban los lazos de la muerte.

En el peligro invoqué al Señor,
grité a mi Dios:
desde su templo él escuchó mi voz,
y mi grito llegó a sus oídos.
Con el fiel, tú eres fiel;
con el íntegro, tú eres íntegro;
con el sincero, tú eres sincero;
con el astuto, tú eres sagaz.
Tú salvas al pueblo afligido
y humillas los ojos soberbios.
Señor, tú eres mi lámpara;
Dios mío, tú alumbras mis tinieblas.

Este es un buen momento para presentar a Dios aquello que nos aflige, hace sufrir a nosotros y quienes nos importan, nos preocupa... esta noche no estamos solos Jesús reza con nosotros, une su oración a la de todos los hijos de Dios en la hora de la prueba. Una religiosa de clausura compuso esta canción que podemos cantar, si conocemos la música, o recitar:

Dios es mi Padre,
¡qué feliz soy!
Soy hijo suyo, hijo de Dios.
Si Dios cuida de mí,
¿qué me puede faltar?
ni un solo instante, no,
me deja de mirar;
mi vida suya es,
cual diestro tejedor,
la va tejiendo Él
con infinito amor.
Hilo por hilo tejiendo va,
si tú le dejas
¡qué bien lo hará!

Después del huracán
un pájaro cayó,
no creas que eso fue
sin permitirlo Yo;
el pajarillo aquel
se vende por un as,
no tienes que temer,
tú vales mucho más.
No ves con qué primor
Él sabe engalanar
al lirio que tal vez
mañana han de cortar;
pues si a una humilde flor
cuida tu Dios así,

¡con qué infinito amor
no cuidará de ti!
En el cielo se ven
mil estrellas brillar;
Dios las conoce bien,
Dios las puede contar.
Si Él mismo fue a buscar
la oveja que perdió,
jamás me ha de olvidar
aunque le olvide yo.

3. PADRE, HÁGASE EN TODO TU VOLUNTAD

Hay una constante en la historia de la humanidad. Por un lado, aparece la presencia amorosa de Dios, que crea, que entrega su obra al hombre y a la mujer para que la pongan al servicio de toda la familia humana, incluso que enseña el modo de hacer posible el bien para todos. Por otro, el empeño de los hombres de hacer las cosas al margen de Dios... A lo largo de la historia de la humanidad los profetas recuerdan los planes originales de Dios sobre la creación y la humanidad, aparentemente de forma ineficaz, porque hace falta que venga Dios mismo a la tierra, que se haga hijo de los hombres para enseñar a los hermanos a vivir haciendo en todo la voluntad del Padre celestial, buscando el bien de la humanidad, aunque eso suponga entregar aquello que más nos cuesta dar, la propia vida.

Lectura del Evangelio según san Lucas, capítulo 22, versículos 39 al 44 (Lc 22,39-44)



Salió y se encaminó, como de costumbre, al monte de los Olivos, y lo siguieron los discípulos. Al llegar al sitio, les dijo: «Orad, para no caer en tentación». Y se apartó de ellos como a un tiro de piedra y, arrodillado, oraba diciendo: «Padre, si quieres, aparta de mí este cáliz; pero que no se haga mi voluntad, sino la tuya». Y se le apareció un ángel del cielo, que lo confortaba. En medio de su angustia, oraba con más intensidad.

Palabra del Señor

Dejamos que las palabras del evangelio resuenen en nuestro interior. Jesús que, como dice la carta a los Hebreos, exclamó al venir al mundo: «aquí estoy para hacer tu voluntad», tiene corazón humano y teme ante su muerte ya inminente, aún así pide fortaleza para enfrentarse al sufrimiento y a la muerte, ora intensamente... y acepta en todo la voluntad del Padre. ¿Cómo me enfrento a los momentos difíciles de mi vida? ¿Me revelo contra Dios o acudo a él con fe confiando en su misericordia y en su bondad?

A Dios le podemos decir todo lo que llevamos en el corazón, no necesitamos grandes discursos, sólo poner palabra al sentimiento, con toda libertad... eso es sano para nosotros. Desconcierta que un amigo de Dios, el profeta Jeremías, le diga

Charles de Foucauld compuso una oración de total confianza en Dios, podemos rezarla o cantarla (<https://www.youtube.com/watch?v=WK-ILiK9IXQ> –en el canto cambian algunas expresiones–).

Padre, me pongo en tus manos,
haz de mí lo que quieras,
sea lo que sea, te doy las gracias.
Estoy dispuesto a todo,
lo acepto todo,
con tal que tu voluntad se cumpla en mí,
y en todas tus criaturas.
No deseo nada más, Padre.

Te confío mi alma,
te la doy con todo el amor
de que soy capaz,
porque te amo.
Y necesito darme,
ponerme en tus manos sin medida,
con una infinita confianza,
porque Tú eres mi Padre.

Seguramente a lo largo de este momento de oración han venido a nuestro corazón sentimientos hacia Dios o hacia personas que conocemos y a nuestro pensamiento necesidades personales, de la familia o los amigos, de la iglesia y del mundo... antes de terminar es bueno que les pongamos palabras, en forma de:

- Alabanza: Te alabo, Señor, por tu...
- Acción de gracias: Quiero darte gracias, Señor, por...
- Petición: Señor, te pido perdón, porque... Señor, te pido esto o lo otro para...

Todo lo que podemos decir a Dios está recogido por la oración del Señor, por eso es bueno terminar siempre los momentos de oración, rezando el **Padrenuestro**.

También podemos hacer una oración final como esta:

En tus manos de Padre
ponemos la vida;
nuestras esperanzas y nuestros miedos,
nuestras alegrías y fracasos,
nuestro hoy y nuestro mañana.
Te confiamos las horas difíciles y oscuras,
los momentos de paz, de lucha y de gozo.
Queremos ser en el mundo
semilla de oración y de ternura.
Vivir tu proyecto de amor fiel
con gestos de servicio gratuito...

Aunque este rato de oración no está centrado en la Virgen María, no está de más terminar confiando a la Madre lo que hemos sentido, vivido, celebrado y pedido.

Hasta aquí ha llegado el momento de oración, ahora lo mejor es descansar, porque mañana es Viernes Santo, en casa, con Dios.

UN MODO DE ORAR CONTEMPLANDO EL EVANGELIO

Os propongo un modo de contemplación desde un texto de la Palabra de Dios, del Evangelio. Comienza con una invocación al Espíritu al Santo, para que nos guíe en la oración. El tiempo de oración se hace en tres pasos o momentos:

- Escuchar el texto: Leemos tranquilamente el texto, personalmente, (Es difícil hacer este tipo de oración en grupo, a no ser que haya una persona con experiencia que la dirija, en ese caso un lector lo proclama leyendo tranquilo y claro, sería bueno que cada participante tenga una copia).
- Contemplar el texto: ahora dejamos lugar a la imaginación, nos convertimos en espectadores de lo que hemos leído o escuchado, como si estuviéramos allí viéndolo en directo.
- Vivir el texto: Damos un paso más, dejamos de ser espectadores para convertirnos en protagonistas, nos metemos dentro de la escena, Jesús nos mira, nos habla...

Al final expresamos nuestra experiencia, lo que hemos sentido, visto y oído, de algún modo: peticiones, acción de gracias, alabanza, cantos... o silencio. Podemos pasar al siguiente texto o dejarlo ahí, pero antes de terminar siempre es bueno rezar la oración del Señor, el Padrenuestro, porque recoge todo lo que podemos pedirle o decirle a Dios, Padre de misericordia entrañable.