



## Qué es orar

**O**rar es estar conectado con Dios, fluir en el amor y creer sin un atisbo de duda que el Padre siempre está contigo, incluso cuando te apartas del buen camino. Cuando fallas eres tú quien le da la espalda a Dios, pero Él siempre está ahí con su amor incondicional esperando que tú abras la puerta: “Mira que estoy a la puerta y llamo; si alguno oye mi voz y me abre la puerta, entraré en su casa y cenaré en su casa con él y él conmigo”. Apocalipsis 3,20

Gracias a una conexión permanente con el Padre puedes orar en silencio o con palabras, en un templo y frente al mar, en tu casa o en la calle. Oras porque vas con Dios, pones tu vida en sus manos y actúas como un instrumento de su infinito amor. No necesitas recitar largas plegarias para orar. Está bien si quieres orar con un rosario sintiendo lo que dices y también está bien si dices varias veces: “Te amo, te amo, te amo” o “sé que siempre estás conmigo”.

- ✚ Mientras esperas un taxi o estás en una fila repites en tu mente: “Te adoro y sé que me cuidas”. Eso es orar.
- ✚ Puedes admirar un árbol, una flor o un atardecer y sentir en lo más íntimo de tu ser que tanta belleza te inspira y te conecta con Dios. Eso es orar.
- ✚ Pasas frente a un templo, sin importar el credo, y piensas en Dios y en su amor. Eso es orar.
- ✚ Vas a tu destino y pasas frente a un hospital, das gracias por tener salud y pides por los enfermos. Eso es orar.
- ✚ Recitas sin premura el Padrenuestro y sientes que de verdad hablas con tu Padre y te conviene hacer su voluntad. Eso es orar.
- ✚ Te quedas en silencio extasiado con la sonrisa de un bebé o la belleza de un paisaje y das gracias a Dios. Eso es orar.
- ✚ Te sientes en otra dimensión escuchando una hermosa melodía que llena tu alma de paz. Eso es orar.
- ✚ Buscas un Salmo como el 23 o el 103, lo recitas, te detienes en las frases que más te llegan, las piensas y las replicas a tu vida y tu relación con Dios. Eso es orar y meditar.



- ✚ *Te recreas espiritualmente con un pasaje inspirado en un buen libro, lo saboreas y sientes que lo que allí se dice es para ti. Eso es meditar y orar.*
- ✚ *Tomas un papel o te sientas frente al computador y le escribes a Dios una carta de alabanza o gratitud, de petición o de perdón. La lees sin prisa y dejas que haga resonancia en tu interior. Esos es meditar y orar.*

*La oración es una poderosa fuente de energía y los únicos que dudan de su fuerza son los que no oran. Santa Teresa decía que un alma sin oración es un alma tullida. Sólo con una oración amorosa y asidua resistes los embates del mal y puedes resarcirte cuando la adversidad te golpea. Oración asidua es orara cuando tienes ganas y sacar ganas para orar cuando no lo deseas. Una persona se baña y se nutre todos los días con ganas o sin ganas. La oración no es un lujo, es una necesidad.*