



# LA MISA: NUESTRA ESCUELA DE ORACIÓN

“Señor, enséñanos a rezar”. Ese pedido que los primeros discípulos le hicieron a Jesús, sigue siendo el de sus seguidores hoy. Los cristianos nos percatamos de que la oración es esencial en nuestra vida espiritual. Sin embargo, muchos cristianos no están seguros de cómo, cuándo o por qué deben rezar. Y la mayoría de los que sí rezan, quisieran rezar y descansar mejor en el corazón de Dios.

Podemos aprender sobre la oración leyendo libros sobre el tema, participando en retiros y conferencias espirituales, aprendiendo del ejemplo de hombres y mujeres versados en la oración, y siguiendo la guía y el consejo de directores y guías espirituales. Pero hay otra manera de aprender a mejorar en la oración y es “inscribiéndonos” en la escuela de oración llamada la misa. En la misa encontramos varios tipos y modos de oración. En este artículo quisiera que consideremos lo que la misa nos enseña sobre la oración. Cómo la misa nos puede ayudar a mejorar nuestra la oración y cómo la misa puede ser “nuestra escuela de oración”.

## *Típos de oración*

Primero que nada consideremos los tipos de oración presentes en la misa. Generalmente, hay cuatro tipos reconocidos de oración, a saber: adoración, contrición, acción de gracias y súplica. Cada uno se halla presente en diferentes momentos durante la celebración de la misa. De hecho, continuamente vamos de un tipo de oración a otro a medida que avanzamos del Canto de entrada hasta el Rito de conclusión.

En todo el transcurso de la misa podemos encontrar que se adora, da gloria y alabanza a aquél que es Santo. El Gloria es un ejemplo de tal oración de adoración, al igual que el *Sanctus*, la doxología que concluye Plegaria Eucarística, y la aclamación de alabanza que sigue al Padre Nuestro.

La contrición, admitiendo nuestros pecados y reconociendo que necesitamos la misericordia de Dios, están presentes en el Acto Penitencial, en la petición de perdón en la Oración del Señor, en la plegaria por piedad que se encuentra en el *Agnus Dei*, y en nuestra respuesta a la Invitación a la Comunión, al decir: “Señor, no soy digno...”.

La acción de gracias, proclamando nuestra gratitud a Dios por todos Sus dones, se ve sobretodo en la Plegaria Eucarística, en la que damos “gracias al Señor, nuestro Dios” por el don de salvación y nueva vida que son nuestros por la Pasión, Muerte, Resurrección y Glorificación de Jesucristo.

Las súplicas, al atraer nuestras necesidades ante el corazón de Dios, se pueden descubrir en la Oración Colecta u Oración Inicial, en la Oración Universal, en las súplicas por vivos y difuntos y por toda la Iglesia en la Oración Eucarística, y en muchas otras partes en toda la liturgia.

Estos varios tipos de oración que se encuentran en la misa nos enseñan que, por naturaleza, la oración debe ser variada. No deberíamos simplemente venir ante Dios, como solemos hacerlo, para hablarle sobre nuestras necesidades y deseos, nuestras penas y preocupaciones. La oración también nos debería llevar a alabar a Dios quien es Amor y Belleza, Luz y Vida. La oración debería llevarnos a reconocer que ante el Santo de los Santos somos pecadores necesitados de misericordia y compasión. La oración debería llevarnos a concluir que todo lo que tenemos, hasta el mismo deseo de rezar, es un don. En respuesta a lo cual todo lo que podemos hacer es proclamar nuestra alabanza y gratitud a la Fuente de todos los dones.

## *El Misterio pascual*

“Nuestra escuela de oración” también nos trae ante el Misterio pascual. Este misterio central de nuestra fe proclama que, por su Pasión y Cruz, Cristo conquistó el pecado y la muerte y se convirtió en la fuente de la resurrección y nueva vida. Cada vez que rezamos la misa se nos enseña que tenemos

que anonadarnos, desprendernos, dar de nosotros mismos en servicio a los necesitados, y que tenemos que morir para poder ser llenados de nueva vida. Tenemos que vivir el Misterio pascual.

Esto es lo que se nos presenta muchas veces durante la liturgia, particularmente cuando se presentan nuestros dones de pan y vino. Estos dones representan la ofrenda de nosotros mismos a Dios. Así como estos dones son transformados en el Cuerpo y la Sangre de Cristo durante la liturgia, lo que traemos a Dios se transforma y se hace nuevo.

El Misterio pascual también debería ser parte de nuestra oración personal, lo cual ocurre cada vez que apartamos un tiempo para rezar. Damos de nuestro tiempo para poder dar con mayor libertad en otros aspectos de nuestra vida. Perdemos el tiempo en oración para ganar profundidad en nuestra relación con Dios. Morimos al constante trabajar y a las ocupaciones para poder vivir más conscientes del Dios que llena el espacio que le hemos abierto en nuestro día. Al conceder un tiempo y atención diaria a Dios mediante la oración, aprendemos a entregarnos más plenamente al Dios que transforma lo que damos y lo devuelve transformado y resucitado a una nueva vida.

## *Palabras y modelos de oración*

La misa, “nuestra escuela de oración”, nos enseña las palabras y modelos que podemos usar cuando rezamos fuera de la liturgia.

Por ejemplo, las palabras del *Gloria* pueden ser nuestras palabras de alabanza durante un tiempo de oración personal privada.

- La Oración de los Fieles nos presenta una estructura simple que se puede usar al guiar la oración de un grupo de fieles. También puede recordarnos que nuestras oraciones de súplica no solo deben ser por nuestras necesidades, sino también por las necesidades del amplio mundo que nos rodea.
- Cuando nos reunimos para una comida, las oraciones que dice el sacerdote durante la preparación de los dones puede servir como modelo para nuestras palabras de bendición: Por ejemplo: “*Bendito seas, Señor, Dios del universo, por este pan, fruto de la tierra y del trabajo humano, que recibimos de tu generosidad y ahora te presentamos; él será para nosotros pan de vida*”. Entonces todos pueden responder: “*Bendito seas por siempre, Señor*”, como lo hacen en la misa.
- El Prefacio de la misa puede ser una bella oración para un día especial de fiesta, en particular cuando se reza con un grupo de personas. Por ejemplo, en la fiesta de San José, el monitor puede comenzar con el diálogo del Prefacio y luego continuar con las palabras del Prefacio para José, el esposo de María, y todos pueden concluir con el *Sanctus*.

Cuando rezamos a solas el Padre Nuestro o con un grupo, podemos continuar con el embolismo (Líbranos de todos los males, Señor, y concédenos la paz en nuestros días, para que, ayudados por tu misericordia, vivamos siempre libres del pecado y protegidos de toda perturbación, mientras esperamos la gloriosa venida de nuestro Salvador Jesucristo) y luego concluimos con la doxología: “Tuyo es el reino, tuyo el poder y la gloria, por siempre, Señor”. Las palabras del embolismo, que embellecen la última petición son especialmente apropiadas en esta era de terrorismo y violencia.

II Parte: La oración corporal—es escuchar, es cantar, es silencio, lleva al servicio

