



# La Santa Sede

---

JUAN PABLO II

## **AUDIENCIA GENERAL**

*Miércoles 14 de marzo de 1979*

### **Cuaresma: oración, ayuno, limosna**

1. Durante la Cuaresma oímos frecuentemente las palabras: oración, ayuno, limosna, que ya recordé el miércoles de ceniza. Estamos acostumbrados a pensar en ellas como en obras piadosas y buenas que todo cristiano debe realizar sobre todo en este período. Tal modo de pensar es correcto, pero no completo. La oración, la limosna y el ayuno requieren ser comprendidos más profundamente, si queremos insertarlos más a fondo en nuestra vida, y no considerarlos simplemente como prácticas pasajeras, que exigen de nosotros sólo algo momentáneo o que sólo momentáneamente nos privan de algo. Con tal modo de pensar no llegaremos todavía al verdadero sentido y a la verdadera fuerza que la oración, el ayuno y la limosna tienen en el proceso de la *conversión a Dios* y de nuestra *madurez espiritual*. Una y otra van unidas: maduramos espiritualmente convirtiéndonos a Dios, y la conversión se realiza mediante la oración, como también mediante el ayuno y la limosna, entendidos adecuadamente.

Acaso convenga decir enseguida que aquí no se trata sólo de “prácticas” pasajeras, sino de actitudes constantes que dan una forma duradera a nuestra conversión a Dios. La Cuaresma, como tiempo litúrgico, dura sólo 40 días al año: en cambio, debemos tender siempre a Dios; esto significa que es necesario convertirse continuamente. La Cuaresma debe dejar una impronta fuerte e indeleble en nuestra vida. Debe renovar en nosotros la conciencia de nuestra unión con Jesucristo, que nos hace ver la necesidad de la conversión y nos indica los caminos para realizarla. La oración, el ayuno y la limosna son precisamente los caminos que Cristo nos ha indicado.

En las meditaciones que seguirán trataremos de entrever cuán profundamente penetran en el hombre estos caminos: qué significan para él. El cristiano debe comprender el verdadero sentido de estos caminos, si quiere seguirlos.

2. Primero, pues, *el camino de la oración*. Digo “primero”, porque deseo hablar de ella antes que de las otras. Pero diciendo “primero”, quiero añadir hoy que en la obra total de nuestra conversión, esto es, de nuestra maduración espiritual, la oración no está aislada de los otros dos caminos que la Iglesia define con el término evangélico de “ayuno y limosna”. El camino de la oración quizá nos resulta más familiar. Quizá comprendemos con más facilidad que sin ella no es posible convertirse a Dios, permanecer en unión con Él, en esa comunión que nos hace madurar espiritualmente. Sin duda, entre vosotros, que ahora me escucháis, hay muchísimos que tienen una experiencia propia de oración, que conocen sus varios aspectos y pueden hacer partícipes de ella a los demás. En efecto, aprendemos a orar, orando. El Señor Jesús nos ha enseñado a orar ante todo orando Él mismo: “y pasó la noche orando” (Lc 6, 12); otro día, como escribe San Mateo, “subió a un monte apartado para orar y, llegada la noche, estaba allí solo” (Mt 14, 23). Antes de su pasión y de su muerte fue al monte de los Olivos y animó a los Apóstoles a orar, y Él mismo, puesto de rodillas, oraba. Lleno de angustia, oraba más intensamente (cf. Lc 22, 39-46). Sólo una vez, cuando le preguntaron los Apóstoles: “Señor, enséñanos a orar” (Lc 11, 1), les dio el contenido más sencillo y más profundo de su oración: el “Padrenuestro”.

Dado que es imposible encerrar en un breve discurso todo lo que se puede decir o lo que se ha escrito sobre el tema de la oración, querría hoy poner de relieve una sola cosa. Todos nosotros, cuando oramos, *somos discípulos de Cristo*, no porque repitamos las palabras que Él nos enseñó una vez -palabras sublimes, contenido completo de la oración-, somos discípulos de Cristo incluso cuando no utilizamos esas palabras. Somos sus discípulos sólo *porque oramos*: “Escucha al Maestro que ora; aprende a orar. Efectivamente, para esto oró Él, para enseñar a orar” afirma San Agustín (*Enarrationes in Ps. 56, 5*). Y un autor contemporáneo escribe: “Puesto que el fin del camino de la oración se pierde en Dios, y nadie conoce el camino excepto el que viene de Dios, Jesucristo, es necesario (...) fijar los ojos en Él sólo. Es el camino, la verdad y la vida. Sólo Él ha recorrido el camino en las dos direcciones. Es necesario poner nuestra mano en la suya y partir” (Y. Raguin, *Chemins de la contemplation*, Desclée de Brouwer, 1969, pág. 179). Orar significa hablar con Dios -o diría aún más-, orar significa encontrarse en el Único Verbo eterno a través del cual habla el Padre y que habla al Padre. Este Verbo se ha hecho carne, para que nos sea más fácil encontrarnos en Él también con nuestra palabra humana de oración. Esta palabra puede ser muy imperfecta a veces, puede tal vez hasta faltarnos, sin embargo esta incapacidad de nuestras palabras humanas se completa continuamente en el Verbo que se ha hecho carne para hablar al Padre con la plenitud de esa unión mística que forma con Él cada hombre que ora, que todos los que oran forman con Él. En esta particular unión con el Verbo está la grandeza de la oración, su dignidad y, de algún modo, su definición.

Es necesario sobre todo comprender bien la grandeza fundamental y la dignidad de la oración. Oración de cada hombre Y también de toda la Iglesia orante. La Iglesia llega, en cierto modo, tan lejos como la oración. Dondequiera haya un hombre que ora.

3. Es necesario orar basándose en este concepto esencial de la oración. Cuando los discípulos

pidieron al Señor Jesús: “Enséñanos a orar”, Él respondió pronunciando las palabras de la oración del *Padrenuestro*, creando así *un modelo concreto y al mismo tiempo universal*. De hecho, todo lo que se puede y se debe decir al Padre está encerrado en las siete peticiones que todos sabemos de memoria. Hay en ellas una sencillez tal, que hasta un niño las aprende, y a la vez una profundidad tal, que se puede consumir una vida entera en meditar el sentido de cada una de ellas. ¿Acaso no es así? ¿No nos habla cada una de ellas, una tras otra, de lo que es esencial para nuestra existencia, dirigida totalmente a Dios, al Padre? ¿No nos habla del “pan de cada día”, del “perdón de nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos”, y al mismo tiempo de preservarnos de la “tentación” y de “librarnos del mal”?

Cuando Cristo, respondiendo a la pregunta de los discípulos “enséñanos a orar”, pronuncia las palabras de su oración, enseña no sólo las palabras, sino enseña que en *nuestro coloquio con el Padre* debemos tener *una sinceridad total y una apertura plena*. La oración debe abrazar todo lo que forma parte de nuestra vida. No puede ser algo suplementario o marginal. Todo debe encontrar en ella su propia voz. También todo lo que nos oprime; de lo que nos avergonzamos; lo que por su naturaleza nos separa de Dios. Precisamente esto, sobre todo. La oración es la que siempre, primera y esencialmente, derriba la barrera que el pecado y el mal pueden haber levantado entre nosotros y Dios.

A través de la oración todo el mundo debe encontrar su referencia justa: esto es, la referencia a Dios: mi mundo interior y también el mundo objetivo, en el que vivimos y tal como lo conocemos. Si nos convertimos a Dios, todo en nosotros se dirige a Él. La oración es la expresión precisamente de este dirigirse a Dios; y esto es, al mismo tiempo, nuestra conversión continua: nuestro camino.

Dice la Sagrada Escritura:

“Como baja la lluvia y la nieve de los cielos y no vuelven allá sin haber empapado y fecundado la tierra y haberla hecho germinar, dando la simiente para sembrar y el pan para comer, así la palabra que sale de mi boca no vuelve a mí vacía, sino que hace lo que yo quiero y cumple su misión” (*Is 55, 10-11*).

La oración es el camino del Verbo que abraza todo. Camino del Verbo eterno que atraviesa lo íntimo de tantos corazones, que vuelve a llevar al Padre todo lo que en Él tiene su origen.

La oración es el sacrificio de nuestros labios (cf. *Heb 13, 15*). Es, como escribe San Ignacio de Antioquía, “agua viva que susurra dentro de nosotros y dice: ven al Padre” (cf. *Carta a los romanos VII, 2*).

Con mi bendición apostólica.

---

**Saludos** Quiero ahora saludar con especial afecto a los superiores y sacerdotes del Pontificio Colegio español de Roma, exhortándoles vivamente a continuar la tradición secular de la iglesia de España de mantener siempre una estrecha comunión de sentimientos con la Sede de Pedro y con el Vicario de Cristo. *(En inglés)* Deseo dar una bienvenida especial a los estudiantes inválidos de la Asociación de Estudiantes de Universidades a distancia, de Inglaterra, y también a quienes los atienden. Tened la convicción de que los esfuerzos que hacéis para superar todas las desventajas y estar al servicio de los demás, son de gran valor. Y recordad siempre la parte que tiene Dios. Padre nuestro, en vuestras vidas; cuán cerca está de vosotros y lo mucho que os ama *(En alemán)* Entre los grupos presentes de lengua alemana, deseo saludar a los diáconos de la archidiócesis de Paderborn y a los encargados de los alumnos del seminario sacerdotal de la diócesis de Maguncia. Acompaño con mi oración y mi bendición especial vuestro camino hacia el sacerdocio. *(A los enfermos)* Mi alma se abre ahora con ternura paterna a cuantos de entre vosotros sufren a causa de la enfermedad. Sabed que no estáis solos en el calvario hacia el que camináis por designio misterioso: la Iglesia toda sufre con vosotros participando fraterna y solidariamente en el drama que os aflige. Y vosotros, por vuestra parte, acertad a dirigiros en las pruebas dolorosas a Aquel que venció el sufrimiento con su propia cruz; y ofrecedle el don de vuestro llanto y vuestras lágrimas, que así no se derramarán en vano, sino que serán redentoras de la humanidad. Os ayude siempre mi bendición apostólica. *(A los recién casados)* A vosotros, recién casados, que habéis inaugurado una vida nueva bajo el signo de bendición del Señor para hacer sagrado e indestructible vuestro amor conyugal, os deseo que consigáis sentir de modo creciente la belleza del gozo cristiano, vivido en vuestras familias en plena concordia y armonía, a imitación de la familia de Nazaret. Con este fin os bendigo de corazón.