# **Seminario: Invitación a la oración**

*Un seminario sobre crecimiento personal*

En el 2017 se está conmemorando el 125° aniversario del libro de Elena G. White, *El camino a Cristo.* Este seminario se basa en el capítulo titulado “¿Puede el Hombre Comunicarse con la Divinidad?”

*“Entonces ustedes me invocarán, y vendrán a mí en oración y yo los escucharé. Me buscarán y me encontrarán, porque me buscarán de todo corazón”*

Jeremías 29: 12, 13, DHH

**Introducción**

La oración es un elemente clave dentro del reavivamiento y la reforma. ¿Te has puesto a pensar alguna vez en tu vida de oración? ¿La has examinado alguna vez y has deseado tener una comunicación todavía más profunda con Dios? ¿Te has sentido alguna vez como si tus oraciones simplemente no pasaran del techo? ¿Te has preguntado si realmente tus oraciones tienen algún poder?

Demos una mirada a lo que es la oración, a lo que Dios realmente quiere que sea y en qué forma la oración puede convertirse en la base de tu vida espiritual. Elena G. White nos presenta pensamientos inspiradores sobre el poder, el don y las bendiciones de comunicación con nuestro Padre celestial, en el capítulo “¿Puede el Hombre Comunicarse con la Divinidad?”, de su libro *El camino a Cristo.*

Abriendo nuestro corazón a Dios

“Dios nos habla por la naturaleza y por la revelación, por su providencia y por la influencia de su Espíritu. Pero esto no basta; necesitamos abrirle nuestro corazón. A fin de tener vida y energía espirituales debemos tener verdadero intercambio con nuestro Padre celestial. Nuestra mente puede ser atraída hacia él; podemos meditar en sus obras, sus misericordias, sus bendiciones; pero esto no es, en el sentido pleno de la palabra, estar en comunión con él. Para ponernos en comunión con Dios debemos tener algo que decirle tocante a nuestra vida real.

“Orar es el acto de abrir nuestro corazón a Dios como a un amigo. No es que se necesite esto para que Dios sepa lo que somos, sino a fin de capacitarnos para recibirle. La oración no baja a Dios hacia nosotros, antes bien nos eleva a él.

Cuando Jesús estuvo sobre la tierra, enseñó a sus discípulos a orar. Les enseñó a presentar a Dios sus necesidades diarias y a confiarle toda su solicitud. Y la seguridad que les dio de que sus oraciones serían oídas nos es dada también a nosotros”. (*El camino a Cristo*, p. 93)

“El Señor Jesús mismo, cuando habitó entre los hombres, oraba frecuentemente. Nuestro Salvador se identificó con nuestras necesidades y flaquezas al convertirse en un suplicante que imploraba de su Padre nueva provisión de fuerza, para avanzar vigorizado para el deber y la prueba. Él es nuestro ejemplo en todas las cosas.

Sin oración incesante y vigilancia diligente corremos el riesgo de volvernos indiferentes y de desviarnos del sendero recto. Nuestro adversario procura constantemente obstruir el camino al propiciatorio, para que no obtengamos, mediante fervientes súplicas y fe, gracia y poder para resistir la tentación”. (*El camino a Cristo*, p. 95).

**Condiciones de la oración**

“Hay ciertas condiciones de acuerdo con las cuales podemos esperar que Dios oiga y conteste nuestras oraciones”

1. ***Reconocer nuestra necesidad***

“Una de las primeras es que sintamos necesidad de la ayuda (el énfasis es nuestro) que él puede dar. Nos ha dejado esta promesa: ‘Porque derramaré aguas sobre la tierra sedienta, y corrientes sobre el sequedal’. Isaías 44:3. Los que tienen hambre y sed de justicia, los que suspiran por Dios, pueden estar seguros de que serán saciados. El corazón debe estar abierto a la influencia del Espíritu; de otra manera no puede recibir las bendiciones de Dios.

Nuestra gran necesidad es en sí misma un argumento, y habla elocuentemente en nuestro favor. Pero se necesita buscar al Señor para que haga estas cosas por nosotros. Nos dice: ‘Pedid, y se os dará’ Mateo 7:7. Y ‘el que ni aun a su propio Hijo perdonó, sino que le entregó por todos nosotros, ¿cómo no nos ha de dar también de pura gracia, todas las cosas juntamente con él?’ Romanos 8:32.

Si toleramos la iniquidad en nuestro corazón, si nos aferramos a algún pecado conocido, el Señor no nos oirá: mas, la oración del alma arrepentida y contrita será siempre aceptada. Cuando hayamos confesado con corazón contrito, y reparado en lo posible todos nuestros pecados conocidos, podremos esperar que Dios contestará nuestras oraciones. Nuestros propios méritos no nos recomiendan a la gracia de Dios. Es el mérito del Señor Jesús lo que nos salva y su sangre lo que nos limpia; sin embargo, nosotros tenemos una obra que hacer para cumplir las condiciones de la aceptación” (*El camino a Cristo, p. 95).*

►**Ejercicio:** Escribe en una hoja de papel el deseo más profundo que le pides a Dios te conceda este día. Háblale a Dios acerca de él y ora en busca de ayuda.

1. ***Ten fe***

“La oración eficaz tiene otro elemento: la fe (se añadió el énfasis). ‘Porque es preciso que el que viene a Dios, crea que existe, y que se ha constituido remunerador de los que le buscan’ Hebreos 11:6. El Señor Jesús dijo a sus discípulos: ‘Todo cuanto pidiereis en la oración, creed que lo recibisteis ya; y lo tendréis’. Marcos 11:24. ¿Creéis al pie de la letra todo lo que nos dice? (*El camino a Cristo, p. 95).*

La seguridad es amplia e ilimitada, y fiel es el que ha prometido. Cuando no recibimos precisamente y al instante las cosas que pedimos, debemos seguir creyendo que el Señor oye y que contestará nuestras oraciones. Somos tan cortos de vista y propensos a errar, que algunas veces pedimos cosas que no serían una bendición para nosotros, y nuestro Padre celestial contesta con amor nuestras oraciones dándonos aquello que es para nuestro más alto bien, aquello que nosotros mismos desearíamos si, alumbrados de celestial saber, pudiéramos ver todas las cosas como realmente son. Cuando nos parezca que nuestras oraciones no son contestadas, debemos aferrarnos a la promesa; porque el tiempo de recibir contestación vendrá seguramente y recibiremos las bendiciones que más necesitamos.

Por supuesto, pretender que nuestras oraciones sean siempre contestadas en la misma forma y según la cosa particular que pidamos, es presunción. Dios es demasiado sabio para equivocarse, y demasiado bueno para negar un bien a los que andan en integridad (Se añadió el énfasis). Así que no temáis confiar en él, aunque no veáis la inmediata respuesta a vuestras oraciones. Confiad en la seguridad de su promesa: ‘Pedid, y se os dará’” (*El camino a Cristo*, p. 96).

“Si consultamos nuestras dudas y temores, o antes de tener fe procuramos resolver todo lo que no veamos claramente, las perplejidades no harán sino acrecentarse y ahondarse. Pero si nos allegamos a Dios sintiéndonos desamparados y necesitados, como realmente somos, y con fe humilde y confiada presentamos nuestras necesidades a Aquel cuyo conocimiento es infinito y que ve toda la creación y todo lo gobierna por su voluntad y palabra, él puede y quiere atender a nuestro clamor, y hará resplandecer la luz en nuestro corazón. Por la oración sincera nos ponemos en comunicación con la mente del Infinito. Quizás no tengamos al instante alguna prueba notable de que el rostro de nuestro Redentor se inclina hacia nosotros con compasión y amor; y sin embargo es así. Tal vez no sintamos su toque manifiesto, mas su mano se extiende sobre nosotros con amor y piadosa ternura.

Cuando imploramos misericordia y bendición de Dios, debemos tener un espíritu de amor y perdón en nuestro propio corazón. ¿Cómo podemos orar: ‘Perdónanos nuestras deudas, como también nosotros perdonamos a nuestros deudores’, y abrigar, sin embargo, un espíritu que no perdona? Si esperamos que nuestras oraciones sean oídas, debemos perdonar a otros como esperamos ser perdonados nosotros” (*El camino a Cristo*, p. 97).

►**Ejercicio:** Piensa en tres situaciones imposibles en tu vida. Anótalas en una hoja de papel y ruega a Dios con fe, creyendo que él te va a ayudar.

1. ***Persevera***

“La perseverancia en la oración ha sido constituida en condición para recibir. Debemos orar siempre si queremos crecer en fe y en experiencia. Debemos ser ‘perseverantes en la oración’ (Romanos 12: 12. ‘Perseverad en la oración, velando en ella, con acciones de gracia’ (Colosenses 4:2). El apóstol Pedro exhorta a los cristianos a que sean ‘sobrios, y vigilantes en las oraciones’ (1 Pedro 4:7). El apóstol Pablo aconseja: ‘En todas las circunstancias, por medio de la oración y la plegaria, con acciones de gracias, dense a conocer vuestras peticiones a Dios’ (Filipenses 4:6). Dice Judas: ‘Vosotros empero, hermanos, ... orando en el Espíritu Santo, guardaos en el amor de Dios’ (Judas 20, 21). Orar sin cesar es mantener una unión continua del alma con Dios, de modo que la vida de Dios fluya a la nuestra, y de nuestra vida la pureza y la santidad refluyan a Dios” (*El camino a Cristo*, p. 98).

►**Ejercicio:** Piensa en tres cosas positivas que te pueden ayudar a perseverar en la oración. Compártelo con una amiga y pide a Dios que te conceda el poder de tener éxito.

1. ***Sé diligente***

“Es necesario ser diligentes en la oración; ninguna cosa os lo impida. Haced cuanto podáis para que haya una comunión continua entre el Señor Jesús y vuestra alma. Aprovechad toda oportunidad de ir adonde se suela orar. Los que están realmente procurando mantenerse en comunión con Dios asistirán a los cultos de oración, serán fieles en cumplir su deber, y ávidos y ansiosos de cosechar todos los beneficios que puedan alcanzar. Aprovecharán toda oportunidad de colocarse donde puedan recibir rayos de luz celestial.

Debemos orar también en el círculo de nuestra familia; y sobre todo no descuidar la oración privada, porque ella es la vida del alma. Es imposible que el alma florezca cuando se descuida la oración. La sola oración pública o con la familia no es suficiente. En medio de la soledad, abrid vuestra alma al ojo penetrante de Dios. La oración secreta sólo debe ser oída por el Dios que oye las oraciones. Ningún oído curioso debe recibir el peso de tales peticiones. En la oración privada el alma está libre de las influencias del ambiente, libre de excitación. Tranquila, pero fervientemente, se elevará la oración hacia Dios. Dulce y permanente será la influencia que dimana de Aquel que ve en lo secreto, cuyo oído está abierto a la oración que brota del corazón. Por una fe sencilla y serena el alma se mantiene en comunión con Dios, y recoge los rayos de la luz divina para fortalecerse y sostenerse en la lucha contra Satanás. Dios es el castillo de nuestra fortaleza” (*El camino a Cristo,* p. 98).

**► Ejercicio:** Define qué significa diligencia y cómo se puede aplicar a tu vida de oración al avanzar en tu jornada espiritual.

**La promesa**

“Esfuércese nuestra alma y elévese para que Dios nos permita respirar la atmósfera celestial. Podemos mantenernos tan cerca de Dios que en cualquier prueba inesperada nuestros pensamientos se vuelvan hacia él tan naturalmente como la flor se vuelve hacia el sol.

Presentad a Dios vuestras necesidades, tristezas, gozos, cuidados y temores. No podéis agobiarle ni cansarle. El que tiene contados los cabellos de vuestra cabeza no es indiferente a las necesidades de sus hijos. ‘Porque el Señor es muy misericordioso y compasivo’ (Santiago 5:11). Su amoroso corazón se conmueve por nuestras tristezas y aun por nuestra presentación de ellas. Llevadle todo lo que confunda vuestra mente. Ninguna cosa es demasiado grande para que él no la pueda soportar, pues sostiene los mundos y rige todos los asuntos del universo. Ninguna cosa que de alguna manera afecte nuestra paz es tan pequeña que él no la note. No hay en nuestra experiencia ningún pasaje tan obscuro que él no lo pueda leer, ni perplejidad tan grande que no la pueda desenredar. Ninguna calamidad puede acaecer al más pequeño de sus hijos, ninguna ansiedad puede asaltar el alma, ningún gozo alegrar, ninguna oración sincera escaparse de los labios, sin que el Padre celestial lo note, sin que tome en ello un interés inmediato. El ‘sana a los quebrantados de corazón, y venda sus heridas’ (Salmos 147: 3). Las relaciones entre Dios y cada una de las almas son tan claras y plenas como si no hubiese otra alma por la cual hubiera dado a su Hijo amado” (*El camino a* Cristo, p. 100).

“El Señor Jesús decía: ‘Pediréis en mi nombre; y no os digo que yo rogaré al Padre por vosotros; porque el Padre mismo os ama’ ‘Yo os elegí a vosotros, ... para que todo cuanto pidiereis al Padre en mi nombre, él os lo dé’ (Juan 16:26, 27; 15:16). Orar en el nombre del Señor Jesús es más que hacer simplemente mención de su nombre al principio y al fin de la oración. Es orar con los sentimientos y el espíritu de él, creyendo en sus promesas, confiando en su gracia y haciendo sus obras” (*El camino a Cristo*, p. 101).

“Si tan sólo pensáramos en él tantas veces como tenemos pruebas de su cuidado por nosotros, lo tendríamos siempre presente en nuestros pensamientos y nos deleitaríamos en hablar de él y en alabarle. Hablamos de las cosas temporales porque tenemos interés en ellas. Hablamos de nuestros amigos porque los amamos; nuestras tristezas y alegrías están ligadas con ellos. Sin embargo, tenemos razones infinitamente mayores por amar a Dios que por amar a nuestros amigos terrenales, y debería ser la cosa más natural del mundo darle el primer lugar en nuestros pensamientos, hablar de su bondad y alabar su poder. Los ricos dones que ha derramado sobre nosotros no estaban destinados a absorber nuestros pensamientos y amor de tal manera que nada tuviéramos que dar a Dios; al contrario, debieran hacernos acordar constantemente de él y unirnos por vínculos de amor y gratitud a nuestro Benefactor celestial. Vivimos demasiado apegados a lo terreno. Levantemos nuestros ojos hacia la puerta abierta del santuario celestial, donde la luz de la gloria de Dios resplandece en el rostro de Cristo, quien ‘también, puede salvar hasta lo sumo a los que se acercan a Dios por medio de él’ (Hebreos 7:25)” (*El camino a* Cristo, p. 102).

“Necesitamos alabar más a Dios por su ‘misericordia’ ‘y sus maravillas para con los hijos de los hombres’ (Salmos 107:8). Nuestros ejercicios de devoción no deben consistir enteramente en pedir y recibir. No estemos pensando siempre en nuestras necesidades y nunca en los beneficios que recibimos. No oramos nunca demasiado, pero somos muy parcos en dar gracias. Constantemente estamos recibiendo las misericordias de Dios y, sin embargo, ¡cuán poca gratitud expresamos! ¡cuán poco le alabamos por lo que ha hecho en nuestro favor!” (*El camino a Cristo,* p. 103).

“El alma puede elevarse hacia el cielo en alas de la alabanza. Dios es adorado con cánticos y música en las mansiones celestiales, y al expresar nuestra gratitud nos aproximamos al culto que rinden los habitantes del cielo. Se nos dice: ‘El que ofrece sacrificio de alabanza me glorificará’ (Salmos 50: 23). Presentémonos, pues, con gozo reverente delante de nuestro Creador, con ‘acciones de gracias y voz de melodía’ (Isaías 51:3)” (*El camino a Cristo,* p. 104).

**Mejoramiento de la comunicación espiritual**

Para unos cuantos guerreros de oración, el hablar con Dios es tan fácil como el respirar; ocurre casi sin ningún esfuerzo. Al preguntarles cómo lo logran, simplemente se encojen de hombros y dicen: “Yo simplemente oro”. Pero muchos de nosotros necesitamos ayuda para mejorar la forma como le hablamos a Dios. Con esto en mente, consideremos las siguientes pautas prácticas que podrían hacer nuestro tiempo pasado con el Señor más fructífero. No todas estas sugerencias se aplican a tu situación particular, pero si comienzas a incorporar algunas de ellas, estoy segura de que tu vida de oración va a mejorar mucho.

1. **Elige un lugar específico para orar, lejos de las distracciones**, de manera que puedas concentrar en ello la atención. El timbre del teléfono y el llanto de los niños puede fácilmente sabotear tu “hora de quietud” aun antes de que comience.
2. **Ora a la misma hora cada día** si te es posible. Hazlo parte de tu rutina regular y se convertirá en un hábito. Anótalo en tu programación para el día y trátalo entonces simplemente como una cita diaria.
3. **Ora en voz alta.** Muchas personas pueden susurrar su oración o pensarla en silencio durante largos períodos de tiempo y todavía mantener la intensidad, pero para la mayoría de las personas, este método es una forma fácil de entrar en el país de los sueños o de la distracción. Cuando oramos en voz alta, tenemos que formar frases inteligentes. Tenemos que concentrar mejor la atención en aquello sobre lo que estamos orando.
4. **Mantén una libreta a mano** a fin de que puedas anotar ideas que vienen a tu mente mientras estás delante del Señor. Algunas veces obtienes ideas totalmente no relacionadas con aquello sobre lo que estás orando. Si las anotas, puedes regresar rápidamente al tópico presente en ese momento, sin que tengas que salirte del carril.
5. **Haz una lista para llevar registro de tus necesidades para presentar en oración.** Esto puede hacerse de varias maneras. Puedes dividir esas necesidades en categorías, tales como “iglesia”, “familia”, o “amigos que no conocen a Dios”. O puedes enlistar esas peticiones de acuerdo al día de la semana. Ora cada día por un diferente segmento de la sociedad que tiene influencia sobre la dirección que sigue tu país. Estas categorías pueden incluir: 1) la iglesia y la religión, 2) la familia y el hogar, 3) los medios de comunicación, 4) el gobierno, 5) la educación 6) los negocios y el comercio y 7) el arte y el entretenimiento.
6. **Utiliza para orar el tiempo que puedes redimir de momentos vacíos de tu programación.** Por ejemplo, aquellas personas que tienen que recorrer una buena distancia rumbo a su trabajo, pueden usar ese tiempo para hablar con el Señor. Las ocupadas amas de casa pueden combinar el trabajo doméstico con la oración si la tarea en mano no requiere de mucha concentración.
7. **Cambia el paso** dentro de tu tiempo dedicado a la oración. Incluye alabanza, acciones de gracias y canto, a la vez que petición. Pasa un tiempo meditando en las Escrituras, reflexionando en ello y tratando de digerir su significado.
8. **Mantén un diario de oración.** Las siguientes son dos variaciones a la idea. La primera es llevar un registro de aquello por lo que has orado y de cuándo oraste por ello. Deja un espacio para anotar la respuesta una vez que se presente. Esto ayudará a mantenerte alerta sobre la respuesta de Dios, de manera que puedas darle gracias por ello. Algunas veces las respuestas a la oración se presentan en formas no esperadas; seguramente no quieres que te pasen desapercibidas. La segunda variación es anotar la oración entera en tu diario. Hazla diariamente en forma de carta personal al Señor. Simplemente escribe “Querido Señor” en vez de “Querido Diario”.
9. **Ora en compañía de alguien más.** Aunque algunas oraciones solamente pueden dirigirse a solas, habrá ocasiones cuando desearás unir tu corazón en oración, con otra persona. Si se comprometen a reunirse en forma regular, esto ayudará a lograr la consistencia. Tales asociaciones de oración pueden llegar a ser muy poderosas y transformadoras de la existencia.
10. **Eleva oraciones de una sola frase.** Si la idea de elaborar sobre un determinado tópico te parece cansador, eleva en vez de ello oraciones cortas y sinceras. Una sola frase o dos podría ser todo lo que se necesita para cubrir el tópico para ti en ese momento. Si es así, simplemente continúa con el siguiente asunto sin sentirte culpable por la brevedad empleada.

**Conclusión**

Elena G. White nos recuerda: “No podemos depender ni de la forma ni de la maquinaria externa. Lo que necesitamos es la influencia vivificante del Santo Espíritu de Dios. ‘No con ejército ni con fuerza, sino con mi espíritu, ha dicho Jehová de los ejércitos’.

Orad sin cesar, y velad mientras obráis en armonía con vuestras oraciones. Al orar, creed, confiad en Dios. Es el tiempo de la lluvia tardía, cuando el Señor concederá su Espíritu en abundancia. Sed fervientes en la oración, y velad en el Espíritu” (*Testimonios para los ministros,* p. 512).

**Oración final**

“Sea tu oración: ‘Tómame ¡oh Señor! como enteramente tuyo. Pongo todos mis planes a tus pies. Úsame hoy en tu servicio. Mora conmigo, y sea toda mi obra hecha en ti’. Este es un asunto diario. Cada mañana, conságrate a Dios por ese día. Somete todos tus planes a él, para ponerlos en práctica o abandonarlos, según te lo indicare su providencia. Podrás así poner cada día tu vida en las manos de Dios, y ella será cada vez más semejante a la de Cristo” (*El camino a Cristo*, p. 70).

—Fin—