

Clase : EL CICLO DIARIO DE ORACION

Padre Tomás Hopko

a. LA ORACION

La oración es esencial a la vida cristiana. Jesucristo mismo oró, y enseñó a las personas a hacerlo también. Nadie puede ser seguidor de Jesucristo a menos que ore a Dios.

En la Iglesia Ortodoxa, toda oración es trinitaria. Rezamos en el Espíritu Santo, mediante Jesús el Hijo de Dios y, en Su Nombre, a Dios Padre. Llamamos a Dios “nuestro Padre” porque Jesús nos enseñó hacerlo, y nos capacitó para hacerlo. Podemos dirigirnos a Dios como Padre porque somos hechos hijos de Dios por el Espíritu Santo. (Ver Romanos 8)

En la Iglesia nos dirigimos en oración también a Cristo y al Espíritu Santo, las Personas Divinas que son uno con Dios Padre y que existen eternamente en unión perfecta con Él, compartiendo Su Ser y Voluntad Divinos.

Rezamos también a los santos en la Iglesia, no en la misma manera en que oramos a las Personas de la Santísima Trinidad, sino como nuestros auxiliares, intercesores, y hermanos miembros de la Iglesia, quienes ya son glorificados juntos a Dios en su presencia divina. Primera entre los santos y primera entre todos los meros seres humanos que están glorificados en el Reino de Dios es María, la *Theotokos* y Reina de los Cielos, líder entre nuestros santos intercesores ante Dios. Además, podemos dirigirnos a los santos ángeles para que intercedan ante Dios por nuestra causa.

De acuerdo con el catecismo tradicional de la Iglesia, existen tres clases de oración: la **petición**, el **agradecimiento** y la **alabanza**. Podemos agregar otra clase, que sería el **lamento ante Dios**, cuestionándole acerca de las condiciones de la vida humana y el significado de nuestra existencia, especialmente en momentos de confusión y tragedia. Se encuentran estas cuatro clases de oración en la Biblia frecuentemente.

A veces se define la oración como un *diálogo* con Dios. Esta definición es suficiente, siempre cuando se recuerda que es un diálogo de silencio, realizado en lo más profundo de nuestro corazón. En la Iglesia Ortodoxa, una definición más antigua y más tradicional refiere a la oración como la elevación de la mente y del corazón a Dios; el ponerse en Su Presencia; el constante recuerdo y conciencia de Su Nombre, de Su Existencia, de Su Poder y de Su Amor. Esta también se llama “caminar en la presencia de Dios.”

El propósito de la oración es de tener comunión con Dios y de llegar a ser capaz de cumplir su voluntad. Los cristianos oran para poder conocer a Dios y cumplir Sus mandamientos. A menos que una persona esté dispuesta a cambiar, y de conformarse a Cristo en el cumplimiento de Sus mandamientos, no tiene necesidad ni razón de orar. Según los santos, es incluso espiritualmente peligroso orar a Dios si uno no posee la firme intención de responderle e ir por el camino en que la oración nos lleve.

Orar no es simplemente repetir palabras. Decir oraciones no significa orar. Se debe orar en secreto, en forma breve, regularmente, sin muchas palabras, pero con plena confianza en que Dios escucha, y con la absoluta voluntad de hacer lo que Dios nos demuestra que debemos hacer. (Ver Mateo 6,5-15; Lucas 11 y 18; Juan 14 al 17.) Para estas oraciones que ofrecemos cuando estamos a solas, se puede usar las oraciones que se encuentran en los devocionarios, los salmos, parte de los oficios divinos como las vísperas o matutinos, o bien simplemente rezar con nuestras propias palabras. A menudo lo más aconsejable es una combinación de alguna oración escrita del devocionario, proveniente de la tradición de la Iglesia, junto a las palabras que nosotros mismos dirigimos a Dios desde el fondo de nuestro corazón.

La Iglesia Ortodoxa sigue la práctica del Antiguo Testamento de tener momentos de oración formal durante el transcurso del día. Se invita a los cristianos a orar en la mañana, en la noche y en el momento de las comidas, además de tener alguna oración breve que se puede repetir en cualquier momento durante el día. Muchas personas emplean la **Oración de Jesús** para este propósito: “Señor, Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí que soy pecador.” Por supuesto, la forma de la oración es secundaria, y puede variar de persona a persona. Es el poder de la oración de acercarnos a Dios y de fortalecernos para hacer su voluntad divina, que es lo esencial.

Las oraciones que uno eleva a Dios en la casa son diferentes a las que ofrece en la iglesia, ya que la oración personal no es igual a la oración comunitaria de la Iglesia. Estas dos clases de oración son diferentes, y no deben confundirse.

Cuando vamos a la iglesia para rezar, no lo hacemos para rezar nuestras oraciones particulares. Se debe rezar nuestras oraciones personales en casa, en nuestra habitación, en secreto, y no en la iglesia. Esto no quiere decir que no llevamos nuestras preocupaciones, deseos, angustias, dudas, preguntas y alegrías a la iglesia. Por cierto podemos hacer esto, y de hecho lo hacemos. No obstante, traemos a nosotros mismos y nuestras preocupaciones a la iglesia para unirlos a la oración de la Iglesia entera, a la eterna oración de Cristo, de la Madre de Dios, y de los hermanos y hermanas de nuestra propia comunidad eclesial.

En la iglesia oramos junto a los demás, y debemos por lo tanto disciplinarnos a rezar todos juntos como un solo cuerpo en la unidad de una sola mente, un solo corazón y una sola alma. Nuevamente esto no quiere decir que nuestras oraciones han de dejar de ser personales y únicas. Necesariamente ponemos de nosotros mismos en nuestra oración en la iglesia. Sin embargo, en la Iglesia cada uno debe poner su propia persona, con todo lo suyo, en la oración común de Cristo con su Cuerpo Místico. Esto es lo que enriquece la oración de la Iglesia y lo que la hace significativa y la embellece. Incluso, podemos decir que la hace “fácil” de hacer. A veces, algunos pueden sentir que los oficios de la iglesia son difíciles, y esto es porque se han vuelto oraciones aisladas de individuos separados, quienes están juntos física, pero no espiritualmente.

Los oficios en la Iglesia Ortodoxa normalmente son bastante largos. Esto es así porque no vamos a la Iglesia solamente a rezar. Vamos a la iglesia para reunirnos en comunidad, cantar juntos, meditar sobre el significado de la fe juntos, y para tener unión y comunión juntos con Dios. Esto es verdad especialmente en cuanto a la Divina Liturgia. Si una persona desea orar sólo en el silencio de su corazón, no necesita ir a la Iglesia; y más aún, no debe ir a la iglesia para orar a solas. Los oficios de la Iglesia no son diseñados para la oración silenciosa del corazón. Existen para la unión en oración de todo el pueblo de Dios, unos con otros, con Cristo y con Dios Padre, por el Espíritu Santo.

b. VISPERAS

En la Iglesia Ortodoxa, el día litúrgico comienza en la tarde, con el ocaso del sol. Esta práctica es conforme al relato bíblico de la creación: “Y hubo la tarde, y hubo la mañana, día primero.” (Génesis 1,5)

El oficio de vísperas en la iglesia comienza siempre con la entonación del salmo vespertino, “... el sol conoce su ocaso, Tú haces la oscuridad y queda hecha la noche...” (Salmo 104,19-20) Este salmo, que glorifica la creación de Dios del mundo, es el primer acto de adoración del ser humano a Dios, pues el ser humano encuentra a Dios primero como Creador.

Bendice alma mía, al Señor Dios mío, Te has engrandecido poderosamente...

**Oh Señor, cuán grandiosas son tus obras!
Todas las has hecho con sabiduría. La tierra
está llena de tus criaturas. (Salmo 104,24)**

Después de este salmo, se entona la Gran Letanía, la petición de apertura de todos los oficios litúrgicos de la Iglesia. En ella suplicamos al Señor por todas las personas y todas las cosas.

Enseguida se canta una serie de salmos, un grupo distinto cada día. En las parroquias normalmente se omiten estos salmos, aunque en los monasterios siempre se cantan. En la víspera del domingo, sin embargo, secciones del primer salmo y los demás salmos usualmente se cantan incluso en las parroquias. Siempre se canta el Salmo 141 en las Vísperas. Durante la entonación de este salmo, se ofrece el incienso.

**Señor, he clamado a Ti, escúchame. Atiende
la voz de mi oración.**

**Que ascienda mi oración como incienso ante
Ti. Y sea la elevación de mis manos como
sacrificio vespertino. Escúchame, Señor.
(Salmo 141,1-2)**

En este momento del oficio, se cantan himnos especiales para el día en particular. Si es una fiesta de la Iglesia, se cantan himnos en honor de la celebración. En los días sábado por la tarde, víspera del Día del Señor, estos himnos siempre alaban la resurrección de Jesucristo de entre los muertos.

Normalmente estos himnos se finalizan con un himno llamado el *Theotokion*, que se canta en honor de María, la Madre de Dios y Madre de Cristo. Después de esto, se entona el himno vespertino. Si es una fiesta o la víspera del domingo, el celebrante camina hasta el medio de la nave con incienso y una vela encendida. El himno que se canta en este momento es propio de cada oficio de *Vísperas*.

Radiante Luz de la Santa Gloria, del Padre Inmortal y Celestial, Santo, bendito Jesucristo. Habiendo legado al ocaso del sol, y habiendo visto la luz vespertina. Alabamos al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo, un solo Dios. Digno es en todo tiempo alabarte con voces santas, oh Hijo de Dios y Dador de Vida. Por eso el mundo te glorifica.

Cristo es alabado como la Luz que ilumina la oscuridad del ser humano, la Luz del mundo y del Reino de Dios que no tiene ocaso. (Isaías 60,20; Apocalipsis 21,25)

A continuación se entona el *prokimenon*, un verso de los salmos, uno distinto para cada día de la semana, anunciando el tema espiritual del día. Si es un día especial litúrgicamente, se leen, además, tres lecturas del Antiguo Testamento. Luego se cantan más oraciones vespertinas y peticiones junto a algunos himnos específicos del día, lo que se concluye con la entonación del *Himno de San Simeón*:

Ahora, Señor, despides a tu siervo en paz, conforme a tu palabra; porque han visto mis ojos tu salvación, la cual has preparado en presencia de todos los pueblos; Luz para revelación de los gentiles, y gloria de Tu Pueblo Israel. (Lucas 2,29-32)

Después de proclamar nuestra propia visión de Cristo, la Luz y la Salvación del Mundo, rezamos las oraciones desde el *Trisagion* (Santo Dios) hasta el *Padre Nuestro*. Cantamos el himno principal del día, llamado el *Troparion*, y el celebrante nos despide con la bendición como de costumbre.

El servicio de *Vísperas* nos lleva por los temas de la creación, el pecado, y la salvación en Cristo. Nos lleva hasta la meditación de la palabra de Dios y la glorificación de su amor para con la humanidad entera. Nos instruye y nos permite alabar a Dios por los eventos o personas

conmemorados en ese día, cuya memoria se celebra y se nos hace presente en la Iglesia. Nos prepara para el sueño de la noche, y el amanecer del día que ha de venir. En la víspera de la celebración de la Divina Liturgia, es el comienzo de nuestro camino hacia la más perfecta unión con Dios en los misterios sacramentales.

c. MATUTINOS

El servicio de oración de la mañana se llama *Matutinos*. Comienza con la lectura de los seis salmos matinales y la *Gran Letanía*. Luego, se canta los versos del Salmo 118:

Dios el Señor se ha manifestado a nosotros.
Bendito sea el que viene en el nombre del Señor.

Luego se canta el *Tropario* y, si el oficio se está celebrando en un monasterio, también se leen varios grupos de salmos que varían de día a día. Nuevamente se cantan algunos himnos alusivos al tema litúrgico del día. En la celebración de *Matutinos* los días domingo, se cantan alabanzas y salmos especiales que hacen referencia a la Resurrección de Nuestro Señor Jesucristo, mientras para las fiestas grandes de la Iglesia, se cantan otros. También se lee el *Evangelio* los días domingo y en fiestas mayores.

Después del *Evangelio*, se reza una larga oración de intercesión, seguida por un conjunto de himnos y lecturas que se llama el *Canon*. Estos son basados en los cánticos del Antiguo Testamento, y se concluyen con el cántico de María, que se conoce como el *Magnificat*. (Lucas 1,46-55) Luego se canta la *Gran Doxología*, seguida por las *letanías matinales*. Luego se repite el *Troparion* nuevamente. Así se concluye el oficio de *Matutinos*, y la congregación se retira para dar comienzo a sus actividades diarias.

El oficio de *Matutinos* en la iglesia reúne los elementos de oración y salmos matinales con meditaciones sobre los cánticos bíblicos, la lectura del *Evangelio*, y el tema litúrgico especial del día expresado en versos e himnos específicos. Además, los temas de la revelación de Dios y Su Luz Divina también son siempre centrales al oficio matinal de la Iglesia. A veces, particularmente en iglesias de la tradición rusa, los oficios de *Matutinos* y de *Vísperas* son unidos para formar un solo oficio de *Vigilia*, el cual se celebra después del

atardecer. En otras iglesias locales, en especial las que siguen la tradición antioqueña o la griega, se celebra *Vísperas* en la tarde, y *Matutinos* en la mañana, directamente antes de la Divina Liturgia. En especiales fiestas de la iglesia, se bendice pan, trigo, vino y aceite en el oficio de *Vísperas*, aun cuando es celebrado solo, aparte de *Matutinos*. Los fieles participan de esta comida bendecida y son ungidos con el aceite, como signo de la gracia y misericordia de Dios.

d. HORAS, COMPLETAS Y NOCTURNO

Además de los oficios litúrgicos de *Vísperas* y *Matutinos*, existen los de las *Horas*, *Completas* y *Nocturno*. Se celebran estos oficios en los monasterios, pero rara vez en las parroquias, excepto tal vez durante la Gran Cuaresma y la Semana Santa, y en ciertas fiestas.

Son cuatro los oficios de las *Horas*: la *Primera Hora*, la *Tercera*, la *Sexta* y la *Novena Hora*. Estas “*Horas*” corresponden generalmente a las seis y las nueve de la mañana, el mediodía, y las tres de la tarde, respectivamente. Consisten principalmente en salmos, cuya interpretación se relaciona con los acontecimientos en la Pasión de Cristo que tuvieron lugar en esas horas del día. La *Tercera Hora* también hace referencia a la venida del Espíritu Santo en el Día de Pentecostés.

En las *Horas*, también se reza el tropario del día o de la fiesta que se celebra. Durante los primeros días de la Semana Santa, así como en algunas fiestas muy importantes, también se lee el Evangelio. En días en que no se celebra la Divina Liturgia, se lee una serie de salmos que se llama los *Salmos Típicos* o el *Tipicón*, después de la *Novena Hora*. Estos salmos incluyen ciertos elementos de la Divina Liturgia, como los salmos litúrgicos, las *Bienaventuranzas* (Mateo 5) y el *Credo*.

La Iglesia celebra el oficio de *Completas* después de la cena. Su nombre, tanto en griego como en eslavo, indica esto mismo. Es un oficio de salmos y oraciones que se reza después de la comida de la tarde, después de la celebración de *Vísperas*. En los días en que el oficio de *Vísperas* es ligado a la celebración de la Divina Liturgia, tal como la *Víspera* de la Navidad y de la Epifanía, se celebran juntos los oficios de *Completas Mayores* y *Matutinos* en forma de *Vigilia*. Durante la primera semana de la Gran Cuaresma, se reza el Canon Penitencial de San Andrés de Creta durante la celebración de *Completas*.

Nocturno es el oficio de medianoche en la Iglesia Ortodoxa. En los monasterios este oficio usualmente da comienzo a la vigilia de toda la noche de los monjes. Consiste en varios salmos junto a las otras oraciones que normalmente se encuentran en los otros servicios, como el llamado a la oración (*Venid, adoremos...*), el Trisagion (*Santo Dios*), el *Padre Nuestro*, el *Tropario*, etc. El tema de este oficio, tal como su nombre claramente indica, es la noche y la necesidad de vigilar y velar. En las parroquias, prácticamente la única vez que se celebra *Nocturno* es en el Gran Sábado Santo en la noche, justo antes de *Matutinos* de la Pascua de Resurrección.

RESUMEN DEL DÍA Y LOS SIGNIFICADOS DE SUS MOMENTOS LITÚRGICOS:

VÍSPERAS: la creación, el pecado, y la salvación en Cristo; la meditación de la palabra de Dios y la glorificación de su amor para con la humanidad entera.

COMPLETAS: Agradecer a Dios por el día pasado, y pedirle perdón y protección.

NOCTURNAS: Velar por la venida de Cristo; contemplar la Resurrección, y vigilar por la Parusía

PRIMERA HORA: La venida de la primera luz

MATUTINOS: La Revelación Divina

TERCERA HORA: La venida del Espíritu Santo

SEXTA HORA: La Crucifixión de Cristo

NOVENA HORA: La Muerte de Cristo