

Oración en todo lugar

# Herramienta para la oración: Cómo orar El Padre nuestro

## ¿Qué es?

El Padre nuestro es la oración más famosa de la historia, diseñada por Jesús mismo. Esta herramienta de oración analiza su importancia y demuestra cómo puede ser usada como un modelo y como un mapa.

## ¿Por qué?

*“Hasta el día de hoy sigo alimentándome del Padre nuestro como un niño, y sigo comiendo y bebiendo de él como un anciano sin aburrirme”.* Martín Lutero

*“El Padre nuestro, correctamente entendido, es uno de los caminos elevados hacia el misterio central de la salvación cristiana y la experiencia cristiana”.* N.T. Wright

*“Para cultivar una vida de oración más profunda lo único que tienes que hacer es recitar El Padre nuestro, pero invierte una hora en hacerlo”.* Timothy Jones

## Referencia bíblica

*Vosotros, pues, orad así:*

*“Padre nuestro que estás en el cielo,  
santificado sea tu nombre,  
venga tu reino, hágase tu voluntad  
en la tierra como en el cielo.*

*Danos hoy nuestro pan cotidiano.*

*Perdónanos nuestras deudas,  
como también nosotros hemos  
perdonado a nuestros deudores.*

*Y no nos dejes caer en tentación,  
sino líbranos del maligno”.*

*Mateo 6:9-13*

# Una introducción rápida al Padre nuestro

Cuando los discípulos le pidieron a Jesús que les enseñara a orar, Él diseñó un prototipo meticuloso, inolvidable y rítmico.

El Padre nuestro son palabras que ciertamente podemos decir - y cuando repetimos estas frases familiares, hacemos eco de las palabras de Cristo mismo, junto a miles de millones de Cristianos a lo largo del tiempo, alrededor de todo el mundo.

Esta oración, proporcionada por Jesús, puede ser usada de dos formas bastante diferentes:

**Como modelo:** El Padre nuestro sirve como el prototipo supremo. Es un poema litúrgico, condensado y claramente pensado para ser repetido con frecuencia. *Nos enseña qué orar.*

**Como mapa:** El Padre nuestro nos guía mientras expresamos las cosas que están en nuestros corazones. Cada frase se puede aplicar y expandir en conversación con el Padre. *Nos enseña Cómo orar.*

---

## Hazlo: Cómo orar el Padre Nuestro

### El Padre nuestro como modelo: saber qué orar

*Un día estaba Jesús orando en cierto lugar. Cuando terminó, le dijo uno de sus discípulos: —Señor, enséñanos a orar, así como Juan enseñó a sus discípulos.*  
Lucas 11:1

No solo estaban preguntando a Jesús por unas buenas pautas para orar. También estaban diciendo: “¡necesitamos una declaración de fe!” Esto convierte El Padre nuestro en el credo cristiano más antiguo, proporcionado para nosotros por Jesús mismo, unos tres siglos antes del concilio de Nicea.

Como tal, es nuestra principal fundación doctrinal para la vida y la fe, que merece la pena repetir de forma regular para que sus verdades fundacionales puedan moldear nuestros corazones y nuestras mentes.

Una forma fácil de incorporar El Padre nuestro a nuestra rutina diaria es poner una alarma todos los días a las 12h del mediodía.

Esto nos molestará. Y esa es la razón para hacerlo. Interrumpirá nuestro ajetreo incesante con un recordatorio para parar y poner en primer lugar lo que es importante, enfocándonos durante un minuto en lo que verdaderamente creemos.

Y esta no es una idea nueva. De hecho, el didaché, que fue escrito en el primer siglo DC instruía a los primeros cristianos a orar El Padre nuestro “tres veces al día” - probablemente imitando los tres momentos fijos de oración en el templo, a las nueve de la mañana, a mediodía, y sobre las seis de la tarde.

Es comprensible que a algunas personas les preocupe que recitar mecánicamente se convierta en algo así como una “vana repetición”, lo que Jesús nos advierte justo antes de darnos El Padre nuestro en Mateo 6.

Está claro que es importante que no recitemos El Padre nuestro de forma mecánica. O que lo tratemos de forma supersticiosa- sino que utilicemos esta oración poderosa para moldear nuestras vidas y conectarlas con la base de nuestras creencias.

## **El Padre nuestro como mapa: saber cómo orar**

El Padre nuestro también es un mapa que nos ayuda a hacer nuestras propias oraciones desde el corazón. Cuando Jesús dijo: “así es cómo deberíais orar”, Él les estaba diciendo a sus discípulos que lo usaran más como una guía que como un destino.

Mucha gente encuentra difícil orar. Nos distraemos y nos cuesta saber qué decir. Pero orar El Padre nuestro es una respuesta sencilla a estos problemas.

Sus dos primeras palabras: “*Padre nuestro*” nos animan a parar y orar por nuestras familias. “*Santificado sea tu nombre*” es una invitación para adorar. “*Venga tu Reino*” como una oportunidad para pedir ayuda por personas específicas, lugares y situaciones en nuestros corazones. “*El pan nuestro de cada día dánoslo hoy*” nos invita a orar por nuestras necesidades más prácticas. “*Perdónanos nuestros pecados*” es un reto para nombrar las formas en las que hemos pecado.

Orando de esta manera, cada frase del Padre nuestro se convierte en una invitación para embarcarnos en una aventura personal de adoración, petición, intercesión, confesión y guerra espiritual.

# Libros sobre El Padre nuestro

- El Padre Nuestro – William Barclay
- Fifty-Seven Words That Changed The World – Darrell W. Johnson
- Praying the Lord's Prayer – J.I. Packer
- The Lord and his Prayer – Tom Wright