

LA ALABANZA EN LOS GRUPOS DE ORACIÓN

Objetivos

- Alabar a Dios por ser quien es
- La alabanza nos lleva a la escucha del Señor
- Mostrar el valor de la alabanza en la vida cristiana
- Dar sentido a las diversas formas de alabanza
- Descubrir el poder de la alabanza

“Abre mis labios, Señor, y mi boca proclamará tu alabanza” (Sal 51, 17)

Iniciamos esta enseñanza proclamando, todos juntos, el versículo 17 del Salmo 51, para disponernos a alabar al Señor de forma consciente, sabiendo que Él atiende siempre nuestras peticiones. “Abre mis labios, Señor, y mi boca proclamará tu alabanza.

¿QUÉ ES LA ALABANZA?

La alabanza es la forma de orar que reconoce de la manera más directa que Dios es Dios. El hombre le canta por El mismo, le da gloria no por lo que hace, sino por lo que El es.

Mediante la alabanza, el Espíritu se une a nuestro espíritu para dar testimonio de que somos hijos de Dios (cf. Rm 8,16); da testimonio del Hijo Único, en quien somos adoptados y por quien glorificamos al Padre.

La alabanza integra las diferentes formas de oración y las lleva hacia el Señor, que es origen y fin de todas las cosas (Catecismo de la Iglesia Católica 2639).

- Para reforzar el valor de la ALABANZA, repetimos todos: “Abre mis labios, Señor, y mi boca proclamará tu alabanza”
- “La alabanza engrandece la vida del hombre”. El ser humano necesita reconocer a su Señor, porque el deseo de Dios está inscrito en el corazón del hombre, que ha sido creado por Dios y para Dios; y Dios no cesa de atraerle

hacia sí, y sólo en Dios encontrará la verdad y la felicidad que busca. (CIC,27).

El hombre, para sentirse realizado, necesita comunicarse con otras personas, amar y ser amado, trabajar, alimentarse, disfrutar de un tiempo de ocio; necesita una familia de referencia...Todas estas cosas, y otras muchas, son buenas y necesarias; sin embargo, sólo en su Creador podrá encontrar el hombre la plenitud y la dicha que tanto ansía, y a las que ha sido llamado.

La alabanza es un impulso esencial del hombre al entrar en relación con su Creador, y puede definir el grado de profundidad de la fe, de la esperanza y de la caridad al que ha llegado, siendo también una expresión feliz de su agradecimiento.

“Si le dieras gracias a Dios por todas las alegrías que Él te da, ya no te quedaría tiempo para quejarte” (Maestro Eckhart, monje dominico, siglos XIII y XIV).

- El Espíritu Santo nos ha regalado el DON de la ALABANZA, característica muy específica de la RCC, que nos diferencia de los otros movimientos de la Iglesia.

LA ALABANZA EN EL GRUPO DE ORACIÓN.

La alabanza en el GRUPO, se hace de forma colectiva y diversa. Integra a la vez la propia alabanza, acción de gracias y nos lleva a la adoración en sus diferentes formas. La alabanza siempre nos lleva a dar gracias y a adorar al Señor, con una plegaria amorosa llena de sencillez, porque “El habita en la alabanza de su pueblo”. (Sal. 22,4)

Pregunta: ¿Dónde habita el Señor? Respondemos: “En medio de la alabanza de su pueblo”.

- Ahí está el Señor, en el hombre y la mujer que le alaba con todas sus fuerzas, con toda su vida y con todo su ser. No podemos alabar a Dios con un corazón tibio, distraído, lleno de faltas y de pensamientos mundanos, y vacío de perdón. Podemos cantar con los labios y tener la imaginación muy lejos, pero éste sería un canto sin alma

- El canto de alabanza debe nacer de lo más hondo del espíritu: Cantad y alabad con toda la vida. Sal 103, 1: “Bendice, alma mía, al Señor, y todo mi ser a tu santo Nombre”.
- Sal 117,1 ¡Alabad al Señor en todas las naciones, y festejadlo todos los pueblos!

La alabanza es un movimiento esencial en la persona, pone ritmo al cuerpo del hombre, le impulsa a levantar los brazos (Sal 134,2), bailar (Sal 149,3), aplaudir (Is 55, 12) a tocar con toda clase de instrumentos musicales (Sal 150) adorar, postrarse, (Sal.95, 6). El cuerpo no permanece indiferente ante la invitación a la alabanza.... Todo nuestro ser alaba al Señor. Puede hacerse de rodillas, de pie, postrados, pero siempre inmersos en un ambiente de oración.

- Es un mandato divino: “Escucha, Israel: El Señor es nuestro Dios, el Señor es uno sólo. Amarás, pues, a Yavhé, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma y con todas tus fuerzas”. (Deut. 6, 4-5).
- Dice san Ignacio en sus ejercicios espirituales: “El hombre es creado para alabar, adorar y servir al Creador”. Y san Agustín dice : “La gran obra de los hombres es alabar a Dios”

Repetimos todos: “La gran obra de los hombres es alabar a Dios”

ESCUCHAR AL SEÑOR

Nada mejor podemos hacer que alabar al Creador en todo momento y situación. Esta alabanza gozosa acabará produciendo en nosotros un profundo recogimiento: Es una expresión de reverencia filial. Nos lleva a la ADORACIÓN, que es un paso más.

En la adoración contemplamos su santidad, su gloria, su majestad. Es una actitud del corazón, es un acto de amor: ADORAR es escuchar a Dios que está dentro de mí. Es contemplarlo.

La forma de expresarse en la alabanza, en la acción de gracias y en la adoración, es distinta en las tres: en la alabanza y acción de gracias, son expresiones del cuerpo y sobre todo verbales.

La adoración es ante todo una ACTITUD de interiorización, de UNCIÓN, de ESTAR AHÍ.

Los grupos se quedan muchos en la alabanza, sin llegar a la adoración. Muchas veces la dificultad con que nos encontramos es que comenzamos a alabar al

Señor con cantos festivos y continuamos alabándole con oración de alabanza y luego volvemos a las canciones y muchas veces nunca logramos entrar en la ADORACIÓN o en el silencio.

Muchas veces no llegamos a un encuentro íntimo con Jesús y este es uno de los peligros más grandes de nuestra oración.

“Quedamos en los atrios”, quedamos en la puerta... pero debemos llegar al lugar Santo....

Y si en ese silencio algún hermano empieza a gritar ¡Gloria a Dios! ¡Gracias Señor! Sucede que a los que están en esa adoración los sacan de allí. Hay que respetar los SILENCIOS.

Cuando estamos en esa actitud de adoración, lo primero que reconocemos es lo poco que somos, nuestra miseria... y es cuando nuestra actitud podría ser la de postración, doblar nuestras rodillas ante Él. El fin último de la alabanza es llegar al encuentro con el Señor. Y es ahí donde Él empieza a manifestarse en cada uno: lágrimas, sanando nuestro corazón, dando paz, liberando, dando luz, salud, gozo, unidad, amor al hermano, transformando, convirtiendo... Por eso es necesario entender que no podemos estar solo en alabanza, si no entrar en la adoración.

UNA BUENA ALABANZA NOS LLEVA A MOMENTOS PROFUNDOS DE ADORACIÓN.

Cuando la comunidad llegue cada vez más a esta adoración, a este encuentro íntimo con Jesús es cuando más CONVERSIÓN y SANACIÓN se produce en el grupo.

Porque allí en ese silencio, en esa adoración, es donde a cada uno de nosotros nos va transformando el Señor. Es en la adoración donde nos convertimos y sólo quien de verdad está convertido puede dar una auténtica adoración al Señor.

Algunos prefieren quedarse en los atrios, en la puerta... No tener que estar cara a cara con Él, en esa unión íntima que es la ADORACIÓN, que es el SILENCIO, que es la CONTEMPLACIÓN.

Porque esa unión íntima con el Señor me llama a un compromiso total. Y en ese compromiso es cuando vamos creciendo en nuestra vida espiritual. No hay crecimiento si no hay compromiso.

Aunque el silencio es importante y no nos tiene que dar miedo, Estos silencios deben durar un tiempo moderado, no excesivamente largo, no es una adoración ante el Santísimo.

FORMAS DIVERSAS DE ALABANZA

Se puede alabar a Dios de muchas formas; no obstante, el canto es imprescindible. San Agustín nos dice: “El que canta ora dos veces”. Sin embargo, debemos siempre hacerlo en orden, unidad y armonía, para que no se acabe convirtiéndose en un festival de música. No se trata de cantar por cantar, sino de ORAR CANTANDO. Las letras estarán de acuerdo con el tema de la oración (Desde el comienzo de esta enseñanza sobre la alabanza, cantaremos la grandeza, las maravillas y el poder del Creador).

Nunca debe faltar, en medio de la alabanza, la oración espontánea. Esta debe ser sincera, y brotar de un corazón agradecido. Cada hermano que levanta su voz hace que todos participen a su vez respondiendo: Gloria, Aleluya, Santo, Alabado sea, Bendito sea el Señor Rey poderoso, u otras aclamaciones.

La alabanza puede apoyarse en la Palabra de Dios: Está al alcance de todos, y es un bello recurso no sólo para iniciar la oración, sino para profundizar y crecer en ella. Cuando alabamos inspirándonos en la Palabra, es conveniente que nos recojamos un momento para meditarla, a imitación de María.

Cuando dejamos penetrar la Palabra en nuestra alma, ésta se va transformando a imagen de Jesús, va creando una profunda conversión que abarca toda la vida; este efecto es poderoso cuando el grupo de oración se nutre de la Eucaristía.

PODER DE LA ALABANZA

Leemos: (Hch. 16, 25-32)

Reflexionamos sobre el poder de la alabanza, meditando la lectura que acabamos de realizar: Los Apóstoles cantan himnos a Dios en una situación de dificultad: Estaban presos:

- La alabanza conmovió los cimientos de la cárcel.
- De repente, se abrieron todas las puertas.
- Se soltaron las cadenas de todos los prisioneros.
- No solamente las de Pedro y Silas, sino las de todos los que estaban con ellos

Despertó el carcelero, que estaba dormido, y quería suicidarse, pero al ver lo ocurrido dijo: ¿“Qué debo hacer para salvarme?” “Ten fe en el Señor Jesús y te salvarás tú y tu familia”

Este hombre, ya transformado por lo que había comprobado, les lavó las heridas y se bautizó con

toda su familia, e hicieron una pequeña fiesta con todos los suyos, por haber creído en Dios.

¿Puede haber mayor fiesta que encontrar al Señor de la Vida?

DINÁMICA

A continuación, nos reunimos en pequeños grupos, y comentamos:

1. ¿Qué poder destruyó todas las ataduras, sufrimientos, heridas, de los Apóstoles y del resto de los encarcelados?
2. El carcelero estaba dormido, sin fe, y luego al borde del suicidio: ¿Cuál fue su actitud ante tal acontecimiento?
3. ¿Qué nos salva?

*Para terminar invitamos a todos a alabar al Señor, resaltando cómo todo se transforma el hombre cuando entra en relación con Dios su Creador. Todo cambia, nuestro lamento se convierte en baile y, a través de la alabanza, aparecen los primeros frutos del Espíritu: Alegría, Gozo, Paz.

Como dice José Ortega y Gasset: “Si Dios se ha hecho hombre, ser hombre es la cosa más grande que se puede ser”

(Cita: José Luis Martín Descalzo en “Vida y misterio de Jesús de Nazareth”).

Ministerio de Formación.

BIBLIOGRAFIA

- Cuadernillos de la RCCE nº 11 y 12 taller de alabanza

PARA AMPLIAR

Hay artículos sobre este tema en la página de la [RCCE](#)
