

La Alabanza

Elemento esencial y característico en los grupos de la R.C.C., nunca debe faltar...

"El más elemental de todos los dones es el de alabar a Dios y a su voluntad por amor a Dios, y hacerlo públicamente y en voz alta por amor al prójimo, de modo que nuestra oración -si Dios lo quiere- sirva a los demás como testimonio y robustecimiento de la fe" (Benigno Juanes).

La Reunión de oración es el corazón de la vida del Grupo.

El corazón de la reunión de oración es la alabanza.

¿Qué es la ALABANZA?

- Es una actitud interior que nace del ES.
- Es una vocación a la que está llamada y que identifica al cristiano.
 - "El hombre fue creado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios" San Ignacio de Loyola en sus ejercicios espirituales.
- Todas nuestras actividades y nuestro ser son motivación y alabanza de su gloria (Ef 1, 12-14)
- La alabanza es el resultado de sentirse salvado y amado por Dios.
 - Lo alabamos no porque nos lo hayan enseñado, sino por necesidad interior ante algo inefable y conmovedor que recibimos de parte de Dios, su amor infinito e incondicional. No habrá alabanza si no hay encuentro con Dios.
- El hombre se hace portavoz de una alabanza que celebra la gloria Dios. El hombre, en su pequeñez, se hace, conscientemente, la voz, el sacerdote de la creación maravillosa de Dios. El es la voz de la alabanza de todos los seres. Y lo hace con mayor urgencia cuando se hace consciente también de que la creación ha sido hecha para él, para que, de modos diversos, le sirvan en esta vida, le ayuden a desarrollar sus facultades, a se cada vez más el ser total humano divino que está en los designios de Dios.
- "El sacrificio que hay que ofrecer al Señor es un corazón contrito, perfume grato al Señor, un corazón que glorifique a Aquel que lo ha creado. Por esta razón los salmos, alabanzas eternas a Dios, son ya el gran libro de oraciones de la liturgia". (La Oración - J. Galot)
- Debemos saber que > La alabanza y la adoración están íntimamente relacionadas, son mutuamente dependientes. Si no hay adoración no habrá alabanza y si no hay alabanza no habrá adoración.

Actitudes para alabar a Dios

- Purificación interior (Conversión, perdón, compromiso...)
- Entrega de todo el ser en la fe y el amor a alabarle.
- Unión con el Señor.
- Libertad.

Características de la alabanza

- ABC (Audible, breve y *crística* = centrada en Cristo)
- Carismática < En tanto que inspirada por el ES
- Comunitaria < A imagen de la Trinidad, siendo un pueblo de alabanza.
- Trinitaria < Alabanza al Padre, al Hijo y al ES.
- Espontánea, sencilla, libre, íntima...
- No aislarse en la oración. No mutismo ni protagonismo. Cada uno debe adherirse a la oración de la persona que está en cada momento alabando en nombre de todos.

Algunas características de la alabanza en los Grupos de Oración:

- Comunitaria
- ABC: Audible, breve, centrada en Cristo
- Sencilla y espontánea
- Es libre e íntima
- Vibrante y fuerte
- Centrada en la Palabra de Dios

Comunitaria. Es esencial la participación activa de cada uno de los miembros del grupo. Cuando uno ora, los demás se unen a esa oración hablada. Evitando los extremos: unos, acaparar la oración y otros, aislarse y no participar nunca.

ABC Audible, breve, centrada en Cristo. Estos tres adjetivos nos señalan tres cualidades muy importantes de la oración. Cuando un hermano ora debe ser oído por el resto del grupo. La oración larga y llena de comentarios, se hace aburrida y da como resultado una alabanza apagada. La alabanza debe dirigirse a Dios, su corazón, sus acciones, sus prodigios.

Sencilla y espontánea. La alabanza de los Grupos de Oración no requiere de estudios superiores, es sencilla y viva; nace de un corazón abierto a Dios y que desea alabarle por lo que Él es.

Es libre e íntima. Cada hermano/a tiene su psicología, su vocabulario, su estilo. Esto enriquece al Grupo. No debe haber uniformidad, ni fomentar los tópicos y las frases ya hechas. También es una alabanza de corazón a corazón, no es artificial.

Vibrante y fuerte. La alabanza del Grupo debe ser viva. Siempre estamos aprendiendo por muchos años que llevamos en la R.C.C. y Dios desborda nuestras expectativas.

Centrada en la Palabra de Dios. Para que la alabanza no se convierta en palabrería debemos recurrir a la Palabra de Dios, proclamada con fuerza. Esta Palabra es el gran tesoro de nuestra reunión. Uno de los objetivos importantes de los servidores será enseñar a los hermanos a centrarse en esta Palabra y meditarla en nuestro corazón, como María nuestra madre, sin descentrarnos en otros temas u otros comentarios que no tienen nada que ver con ella. "Se ora, no pocas veces, de un modo marginal a la Palabra dada; las alabanzas que surgen se dispersan en multitud de piadosos "comentarios" que Dios, en su bondad, puede utilizar para el bien de la comunidad, pero que, frecuentemente, impiden realizar, al menos plenamente, lo que la Palabra es y puede" (Benigno Juanes S.J.)

Formas

- Alabar a Dios POR SUS MARAVILLAS, POR LO QUE ES PARA NOSOTROS Y POR LO QUE ES EN SÍ MISMO.
- Formas... Multitud de formas, momentos, lugares (Silencio, palabra, expresiones corporales...) Alabado en todo momento. San Agustín: " Procurad alabarle con toda vuestra persona; esto es, no sólo vuestra lengua y vuestra voz deben alabar a Dios, sino también vuestro interior, vuestra vida, vuestras acciones..."
 - Alabanza personal, espontánea. (Una persona alaba haciendo una oración en voz alta y los demás escuchan)
 - Alabanza comunitaria. (Silencio / Palabras u oraciones > Explicar: "Gloria a Dios, bendito seas...)
 - Alabar con la oración o el canto en lenguas.
 - Es la forma de alabar por excelencia. Con esta forma de lenguaje aconceptual queremos expresarle al Señor nuestro deseo más íntimo y ardiente de alabarle más allá de lo que nos lo permiten nuestras pobres palabras. Con la asistencia del ES queremos "expresar lo inexpressable".
 - Alabanza corporal (Expresando con nuestras manos, nuestros gestos, nuestro cuerpo, nuestra gratitud y alabanza a Dios).
 - Alabanza apoyada o inspirada en la palabra de Dios.
 - Instrumento que nos centra y nos lleva a Cristo.
 - Debemos ser conscientes del valor y la fuerza de la Palabra de Dios.

Frutos

La alabanza....

- Atrae e intensifica la presencia de Dios. Cuando nos reunimos en el nombre de Jesús, sabemos que, como nos dice la Biblia, Él está presente de forma verdadera y real. Esta verdad se hace patente a través de la alabanza de toda la asamblea a Él.
- Implica una nueva efusión del Espíritu. Puesto que la alabanza es fruto del Espíritu Santo.
- Evangeliza poderosamente. Anima, llega a los corazones, interpela, cuestiona, "choca", es un medio una clase de oración que evangeliza.
- Cura e ilumina. Consuela, supone confianza y por tanto cura. Ilumina en tanto que nos abre a la acción del ES y así, también, al abrirnos a la acción de ES nos abre a los carismas y dones que provienen de éste. Ilumina en tanto que descentra... La alabanza como actitud de "descentramiento" de sí mismo, para centrarse en Dios, en su ser, en su grandeza, en la realidad de sí MISMO, merecedor de toda alabanza.

- Libera. Ambiente de paz, sosiego, en medio de las tribulaciones. Alaba a Dios en toda circunstancia pues "Sabemos que en todas las cosas interviene Dios para bien de los que le aman" (Rom 8, 28). Debemos pedir al ES que nos de la gracia para alabar en toda circunstancia, lugar, situación interna o externa.
- Transformación en Cristo > Jesús en su vida fue una constante alabanza al Padre.
- Fuente de gozo. "Dichoso el pueblo que sabe alabarte. Caminará, OH Señor, a la luz de tu rostro, tu nombre es su gozo cada día". (Salmo 89)
- Nos santifica y nos da la "vivencia" de Cristo en la eucaristía.
- La alabanza es correlativa al amor. Cuanto más amemos a Dios más lo alabaremos. Así, otro de los frutos más visibles de una alabanza verdadera es hacer crecer la caridad fraternal (Todo esta directamente relacionado: alabanza y amor a Dios, amor a Dios y a los hermanos).
- Debe envolver toda la vida del cristiano, siendo no un acto o palabra momentánea, sino un modo de vivir. La alabanza debe inundar todo nuestro ser y nuestra vida -Iván Lafferla-.

Debemos descubrir la importancia de la alabanza. Cuando rezamos enseguida caemos en la petición. Así, son muy pocos los cristianos que han descubierto la alabanza.

Juan XXIII en "Orar, su testamento espiritual": *La oración es el aliento del alma. Por desgracia, la visión del mundo en el orden espiritual es triste. Si miramos al número de los mortales, son pocos los que oran, poquísimos los que saben orar bien. Y sobre esta muchedumbre de silenciosos y mudos antes el Señor, que sin embargo ha entablado y quiere el diálogo con cada uno de nosotros, se cierne triste y trágica la sentencia de uno de los más modernos y santos doctores de la Iglesia, San Alfonso María de Liguori: "Quien ora, se salva; quien no ora, se condena".*

Aspectos que unifican la alabanza en el Grupo:

- La Palabra de Dios
- El canto
- La oración en lenguas
- La lectura del salmo y el eco
- El silencio
- La alabanza hecha simultáneamente como un murmullo de alabanza
- Las posturas corporales
- La aclamación

Aspectos que no unen y debilitan la alabanza en el Grupo:

- El individualismo en la oración
- Las oraciones excesivamente largas
- Las oraciones con un tono triste y decaído
- Las oraciones que relatan alguna experiencia
- La dispersión
- La falta de docilidad a las indicaciones del hermano/a que anima la oración
- La falta de Palabra de Dios
- La falta de un/a hermano/a que nos guíe en la oración
- Los bloqueos de unos hermanos/as con otros
- La falta de oración personal

Pautas para la oración de alabanza:

Marcaremos aproximadamente una hora de oración.

Este tiempo de oración debe tener un ritmo y un tono. No se puede estar alabando de una manera fuerte durante una hora. A este ritmo le llamamos -a veces- esquema. Se debe parecer al ritmo de las olas del mar que nos van inundando o llevando.

Los elementos con los que contamos son: la oración o palabra de cada miembro del Grupo, el canto, el silencio, la Palabra de Dios, las posturas corporales y los gestos.

La oración empieza con un momento fuerte de alabanza y acción de gracias en el que todos nos sentimos reunidos, cobijados en los brazos del Padre. Conviene aquí cantos que reúnen, que atraen a los hermanos/as que llegan "dispersos" o "cansados". La postura más adecuada es de pie, en disposición y atención al Señor que nos convoca.

Después pasaremos a un momento más íntimo en el que nos sentimos débiles y pequeños, pecadores y necesitados del poder de lo alto. Este es un momento para invocar al Espíritu. Esta invocación no debe ser sólo individual, estamos pidiendo el E.S. para el Grupo, para la Iglesia, para todo el mundo. Podemos utilizar aquí momentos de intercesión y petición de unos por otros. La postura más adecuada es sentada.

Con la confianza de que Jesús nos prometió quedarse con nosotros para siempre pasamos a la alabanza centrada en la Palabra. Tendremos seleccionado un salmo. Puede ir acompañado de una antífona cantada. Si la Asamblea está dispersa podemos hacer una introducción o motivación al Salmo para avivar la fe, la esperanza y el amor del Grupo. El eco del salmo debe dar paso a una alabanza más fuerte en la cual, todos de pie aclamamos, aplaudimos, cantamos y nos gozamos en el Señor. El canto y las oraciones de aclamación, canto en lenguas, alabanza breve... deben llenar este momento.

Puede haber un último tiempo de lectura breve de una Palabra, preferentemente del Nuevo Testamento, con un silencio para acogerla y meditarla y una participación sobre lo que nos dice Dios por medio de su Palabra.