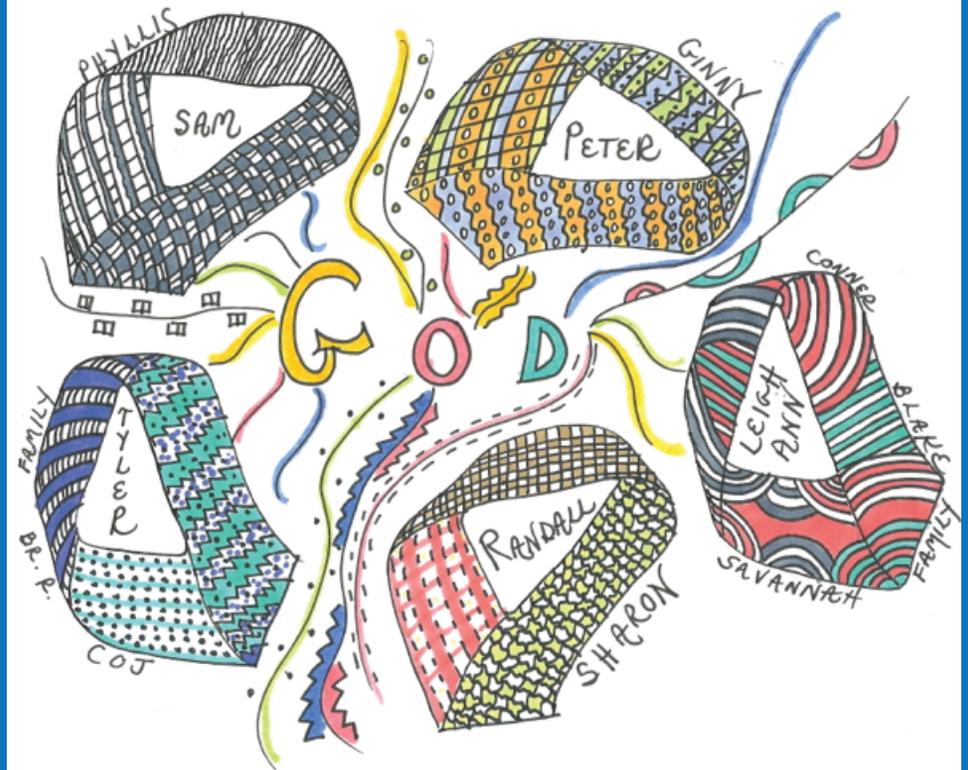


# Dale color *a la* oración



 Spiritual Life Development

The Salvation Army Eastern Territory  
Spiritual Life Development  
440 West Nyack Rd  
West Nyack, NY 10994

Fragmentos del libro  
Praying in Color – Drawing a New Path to God  
por Sybil MacBeth

Todo es cuestión de concentración. Las siguientes oraciones pueden parecerse conocidas:

 Tienes listas de oraciones pero no estás muy seguro en cuanto a cómo orar.

 Te desconcentras con facilidad.

 Te aburres con las mismas oraciones de siempre.

 Prometes orar por los demás y luego se te olvida.

 Tu espíritu y tu cuerpo hallan calma y tranquilidad en la oración, por lo que luego te duermes.

 Estás seguro de que todas las personas que conoces pueden orar mejor y de forma más efectiva que tú.

“Dale **color a la oración**” es una práctica de oración activa, contemplativa y alegre. Es tanto un proceso como un producto. El proceso implica volver a entrar a ese mundo de colores e improvisaciones de nuestra niñez. El producto es un diseño o dibujo colorido que es un recordatorio visual del tiempo pasado en oración... un diario de oración en imágenes.

Puede que tu primera respuesta sea que no puedes dibujar o que esto parece muy juvenil, pero en realidad no se requiere mucha habilidad y como dijo Jesús: *“les aseguro que a menos que ustedes cambien y se vuelvan como niños, no entrarán en el reino de los cielos”* (Mateo 18:3).

Por lo tanto, si aprendes mejor de manera visual o cenestésica, si tienes un alma distraída o impaciente, si estás cansado de las palabras o si eres simplemente una persona que está buscando una nueva manera de orar, esta práctica puede servirte.

Cómo empezar:

 Lee versículos que se apliquen a esta práctica, por ejemplo: Romanos 8:26: *“...en nuestra debilidad el Espíritu acude a ayudarnos. No sabemos qué pedir, pero el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos que no pueden expresarse con palabras”*.

 Considera unos momentos el hecho de que tu cuerpo, tu alma y tu espíritu serán parte de este tiempo de oración.

 Reconoce que quizás esto no sea a lo que estás acostumbrado, pero que hacer algo diferente quizás te ayude a enfocarte como nunca antes lo habías hecho.

 No te apresures a completar estos pasos, más bien descansa en cada viñeta hasta que creas que el Espíritu Santo te está guiando a dibujar con colores como una muestra de adoración.

 Recuerda que esto es un evento de oración para todo el día. Dibujar es solo la mitad de la oración. La otra mitad es transportar las memorias visuales —ya sea en tu mente o en el papel— para que puedas orar el resto del día. Las imágenes son como la alarma de un despertador que te recuerdan orar.

## Materiales necesarios:

Papel (esto puede ser tan elaborado como un diario forrado en cuero o tan simple como unas hojas de periódico).

Lápices de colores o marcadores (evita los marcadores lavables ya que manchan).

## Cómo empezar:

Dibuja una figura en la página: un triángulo, un trapecoide, un garabato o un círculo imperfecto.

En ese objeto, escribe un nombre para Dios (*Jesús, Jehová, Padre, etc.*) Esto te servirá como recordatorio de que Dios siempre está presente en tus oraciones y en tu trabajo.

Escribe el nombre de alguna persona que sienta que necesita oración (puedes ser tú mismo inclusive).

Agrégle detalles al dibujo. Pueden ser puntos, líneas, círculos, zigzags o cualquier cosa que quieran hacer tus manos. No analices lo que estás creando.

Continúa mejorando el dibujo. Piensa en cada pincelada y en cada momento como un tiempo que estás pasando con la persona por la cual estás orando.

Continúa dibujando hasta que sientas que la imagen está completa.

Dale color a la imagen. Escoge colores que permanezcan en tu memoria, que te gusten o que te recuerden a la persona por la cual estás orando. Cuando completes el dibujo y la oración para la primera persona (ya no tienes cosas por las cuales orar por esa persona) comienza de nuevo con una nueva figura parecida a la primera que hiciste y repite el proceso de dibujo hasta que sientas que has completado tu lista de oración visual del día.

Dibuja con bolígrafos y colores hasta que hayas creado una imagen o un icono para todas las personas por las que quieres orar.

Permanece en la página que tienes en frente. Permite que los nombres, las imágenes y los colores dejen una huella en tu cerebro. Pasa otro tiempo con cada persona en silencio, di una corta oración o *“Amén”*, si te parece apropiado. Si puedes, lleva el diario o la página contigo. Coloca la imagen en tu escritorio, refrigerador o en algún lugar donde puedas verlo durante el día.

