



*Rezar es una forma extrema de independencia, una actividad casi contracultural, lo más punki que se puede hacer una tarde de domingo*

Rezar es una conversación con los que ya no están, el recuerdo de los que te antecedieron y la oración para seguir su ejemplo. Rezar es pedir por ellos. Y también pedirles a ellos por los que estamos aquí. Es el momento de más calma del día, y, en mi caso, el de primera hora de la mañana, poco más de las seis, y el agua de la ducha caliente cayendo despacio sobre los hombros. Rezar es una fotografía en sepia, un regreso a la casa de tus abuelos y al tiempo sin tiempo de tu infancia. Es pasar por la Iglesia de San Pedro, de camino al colegio, y rezarle al Cristo de Burgos un Padre Nuestro para que te ayude en los exámenes. Es el refugio del frío, y el silencio acogedor. Rezar es tener memoria.

Rezar es lo que va antes del trabajo o después del trabajo, y lo que nunca lo suplanta, porque ya lo dice el refrán: a Dios rogando y con el mazo dando. Es lo único que puedes hacer cuando ya no puedes hacer más, y es la forma de comprometerse de quien no tiene otro medio de

## Reza por mí

Publicado: Jueves, 11 Septiembre 2025 08:39

Escrito por Miguel Ángel Robles

---

hacerlo, como cuando rezamos por un enfermo que se va a operar y ya está todo en manos del cirujano (y de Dios). Rezar no hace milagros, o sí los hace, eso nunca lo sabremos, pero ofrece consuelo al que reza y a aquel por quien se reza. Rezar nunca es inútil, porque siempre conforta.

Rezar es decir rezaré por ti y, también, reza por mí. Y es, por tanto, lo contrario a la vanidad. Rezar es la aceptación de tus limitaciones. Es aprender a resignarse cuando lo que pudo ser no ha sido. Es vivir sin rencor, aprender a olvidar, aceptar la derrota con dignidad y celebrar el triunfo con humildad. Rezar es resignación cuando procede, pero también arrebatos y pundonor cuando toca. Es buscar las fuerzas si no se tienen y confiar en que las cosas van a ser como deberían ser. Rezar es optimismo, no dar nada por perdido, luchar y resistir, como en la canción, erguido frente a todo, y es mi padre antes de morir. Rezar es fragilidad y entereza.

Rezar es curar las heridas, restañar los arañazos, superar el daño que te han hecho. Pasar página y empezar de cero. Perdonar las ofensas y también pedir perdón. Y sobre todo tener gratitud. Rezar es dar las gracias por vivir y por lo que la vida te ha dado. Es despertarse con las ilusiones renovadas. Aferrarse desesperadamente a lo inmaterial. Acordarse de lo que de verdad importa, y relativizar todo lo demás. Es establecer las prioridades, poner en orden los papeles de tu mesa, buscar la trascendencia, pensar a lo grande.

Rezar es desconectar y apagar el móvil. Es introspección en la sociedad del exhibicionismo. Es relajarse y calmar los nervios. Y prepararse mentalmente para lo que ha de venir. No es solo buscar el coraje, sino también la inspiración, la idea, el enfoque, la luz, el claro en medio de la espesura. Rezar es razonar, aunque parezca lo más irracional que haya. Es la mente funcionando como cuando juegas un partido de tenis. Es planificar y anticipar las jugadas. Es abstracción en los tiempos de lo concreto y lo material. Es pausa en un mundo excitado. Es calma cuando todo es ansiedad. Y es aburrido en la dictadura de lo divertido.

Rezar es una forma extrema de independencia, una actividad casi contracultural, lo más punki que se puede hacer una tarde de domingo. Es la forma más radical de practicar mindfulness, tan pasada de moda que cualquier día se volverá extraordinariamente cool. Rezar podría computar como horas de trabajo para los empleados públicos, pero no sirve porque es una práctica antisistema, sin reconocimiento alguno del establishment. Tan políticamente incorrecta que la gente oculta que reza como esconde la tripa para la foto. Rezar es un placer oculto, que se reserva para la intimidad. Un acto privado, y casi escondidas, que, cuando se hace acompañado, necesita cierta oscuridad

## Reza por mí

Publicado: Jueves, 11 Septiembre 2025 08:39  
Escrito por Miguel Ángel Robles

---

y mucha, mucha, confianza.

Rezar es desnudarse y abrir tu alma a la persona con la que rezas. Y es una declaración de amor por la persona que tienes en tus rezos. Es derramar tu cariño sobre los que más quieres y sentir el cariño de los que rezan por ti. Rezar es tener a otros en tus oraciones y estar en las oraciones de otros, que es mucho más que estar solo en su memoria. Rezar, y sobre todo que recen por ti, es la mayor aspiración que uno puede tener en la vida. Un privilegio inmenso. Es querer tanto a alguien como para rezar por él, y que alguien te quiera tanto como para rezar por ti. ¿Cabe mayor orgullo? ¿Existe mayor plenitud que la de saber que hay una madre, un hermano, un hijo o un amigo que quiere que Dios te proteja, y te dé salud, y te ilumine, y te ayude, y te acompañe, y esté siempre contigo?

Rezar es tener fe. Tener fe en la vida, en las personas, en tus amigos, en tus hijos, en tus padres, en Dios. Rezar es la maestría de niños y abuelos. Y es un súper poder que nos predispone al bien. Rezar es creer y ser practicante de un mundo mejor.

**Miguel Ángel Robles en [abc.es](#)**