

opusdei.org

# Podcast de 7 minutos para hacer oración

Más de 3.000 jóvenes de 20 países están suscritos a RezarHoy.com, una plataforma de audios de 7 min. para meditar temas sobre fe y la vida cristiana.

05/06/2020

**ReL RezarHoy.com, audios de 7 min. para meditar temas de fe y vida que ayudan a jóvenes y no tan jóvenes**

Varios sacerdotes jóvenes, muchos de ellos del Opus Dei, han puesto en en

marcha la iniciativa

[www.rezarhoy.com](http://www.rezarhoy.com) una serie de audios de entre 6 y 8 minutos que se pueden descargar o escuchar en distintos dispositivos, por Whatsapp u otras plataformas y que exploran inquietudes sobre la fe y la perseverancia en la vida cristiana, especialmente orientado a jóvenes.

Uno de sus impulsores es Manuel, un sacerdote de 38 años, que lleva nueve dedicados a la pastoral juvenil. Capellán de un colegio de casi dos mil alumnos, se encuentra a diario con la triste experiencia de ver que muchos jóvenes le han dado la espalda a Dios.

## **El reto de la adolescencia y juventud**

"En bastantes -cuenta Manuel- el proceso es muy similar: chicos y chicas que al llegar la adolescencia abandonan la Misa dominical o la confesión cuando antes en el colegio

o en la parroquia lo hacían con cierta periodicidad, dejan la catequesis y empiezan a ver todo lo religioso como algo lejano, propio de gente mayor... un sinsentido que no saben o no quieren entender".

¿El motivo de todo esto?, se pregunta este joven sacerdote: "pues el de casi siempre... la pérdida de esa inocencia santa que nos hacía ver la vida de manera sencilla y amable. El joven se encuentra con preguntas ante las que ya no tiene respuestas..., los cimientos de sus certezas se evaporan ante una sociedad que le exige, en muchos casos, abandonar sus principios si desea triunfar, una venta al por mayor de mensajes que gritan que la felicidad está tras el hedonismo, el hacer solo lo que me apetece y tener una imagen aceptada y valorada. Y si a ese cóctel le sumas los cambios propios -físicos y psicológicos- que trae consigo esa edad, el espectáculo es colosal...

Verdaderamente, hoy un joven cualquiera no lo tiene nada fácil si desea vivir su vida cristiana".

¿Y qué hacer ante esa realidad innegable? "Pues lo primero rezar, pienso yo. Esta barca, que es la Iglesia, es de Cristo y ante el zarandeo de la olas de un mundo sexualizado, los vientos de la indiferencia y las tormentas de la pura inmediatez, sólo queda mirar al Capitán y fiarse de Él. Dios ama con locura a cada alma. Por eso, Él sabe mejor que nadie cómo guiar a cada uno. Lo nuestro es fiarnos de Él, pero fiarnos con todas las consecuencias, y eso tampoco es del todo sencillo para cualquiera, más si acabas de entrar por la puerta del mundo adulto".

¿Y lo de hacer lío que nos pide el Papa? "Es que va muy unido una cosa con la otra", responde este joven sacerdote, "porque el ritmo de

ayudar a los demás no se aguanta si no se reza, o al menos eso lo he experimentado en mi carne muchas veces. Hacer por hacer solo acaba generando estrés y frustración, porque ayudar a un joven en su vida cristiana poco tiene que ver con los efectos especiales. Nadie da lo que no tiene y si queremos llevar a Cristo a los demás, hemos de tenerlo muy dentro".

## **¿Cómo nace Rezarhoy.com?**

"Fue justo durante el confinamiento originado por la pandemia del coronavirus cuando varios sacerdotes amigos nos planteamos qué hacer para ayudar a tanta gente que se quedaba literalmente aislada. De ahí surgió la idea de grabar en audio meditaciones o pláticas que pudieran llegar a esos mismos jóvenes... ¡y se nos fue de las manos! Unos se las pasaban a otros y así fueron creciendo los grupos de

whatsapp, hasta que la editorial Cobel ya se hizo cargo de todo el aspecto técnico y nosotros nos dedicamos a eso... a grabar las meditaciones en audio.

¿Cuántos sacerdotes colaboran?  
"Somos unos 14 ó 15, la mayoría españoles, pero también otros, amigos de antes, que están en Perú o en México. Esta es una idea más, como muchas otras que existen, que si puede ayudar en algo, pues fenomenal".

¿Qué buscan ahora con esta iniciativa, una vez que la desescalada va "normalizando" un poco nuestra vida? "Pues lo mismo que antes, pero con la perspectiva de saber que hay mucha gente buena, más de la que pensamos, que es joven y a la que le interesa Dios. Muchos testimonios que nos llegan nos hablan de chicos y chicas que una vez tratan a Jesucristo en la oración se reordenan

interiormente, empiezan a tener respuestas más reales a sus problemas y experimentan en sus vidas la inmensa alegría que da el trato con Jesucristo"

¿Y cómo lo hacen? "Nosotros poco podemos hacer. Lo único que hemos hecho es grabar meditaciones de 6-7 minutos que compartimos en varias plataformas, con un lenguaje y unos temas que pensamos que interesan a jóvenes con ciertas inquietudes, y nos hemos dado cuenta que muchos jóvenes tienen el deseo de querer hacer oración pero no saben cómo hacerla... Nosotros procuramos acompañar a estas personas en su aventura divina de conocer y tratar a Jesucristo, porque lo que es seguro es que cuando se tiene la experiencia de conocer y tratar a Jesucristo, surge enamorarse de Él. Y eso es algo que llena completamente de sentido nuestras vidas.

(...) Noticia completa en ReL

ReL

.....

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-es/article/rezarhoy-  
podcast-oracion/](https://opusdei.org/es-es/article/rezarhoy-podcast-oracion/) (16/02/2026)