



LECCIÓN 10

La oración cristiana: Dios nos invita a una relación

Oración inicial

Señor, no te dirigiste a Elías con ráfagas de viento, terremotos o fuego, sino con una voz suave y apacible.

Al comenzar este tiempo de aprendizaje y oración, acalla nuestro corazón, calma nuestras distracciones y enséñanos a escuchar tu voz.

Habla, Señor, que tu siervo escucha.

Amén.



Objetivos de la lección:

- ❖ Aprender que la oración no es simplemente una práctica útil, sino la expresión esencial de nuestra identidad como hijos e hijas de Dios: el aliento vital de nuestra relación con él.
- ❖ Reconocer los fines de la oración y sus diversas formas (vocal, meditativa, contemplativa) y cómo cada una lleva al alma más profundamente a la unión con Dios.
- ❖ Comprender que Jesús nos dejó el padrenuestro como una auténtica escuela de oración.
- ❖ Comenzar una rutina diaria de oración, meditando en la Escritura y recurriendo a las numerosas oraciones de la Iglesia.

PREGUNTAS DIFÍCILES

- ❖ Si Dios existe, ¿por qué no le habla directamente a todo el mundo?

Esta pregunta revela un deseo de amistad profundamente personal con Dios. ¿Es esto algo que deseas? ¿Alguna vez has experimentado la oración de esta manera?

- ❖ Los católicos rezan muchas oraciones escritas o memorizadas, pero ¿tenemos que utilizarlas? ¿No puedo simplemente hablar con Jesús?

Cada persona reza de una manera diferente. Algunas se sienten cómodas con las oraciones memorizadas; otras prefieren la conversación espontánea. ¿Cuál ha sido tu experiencia con la oración?

Santa Teresa de Ávila

Festividad: 15 de octubre

Vivió: 28 de marzo de 1515 – 15 de octubre de 1582 · Ávila, España · Patrona de los dolores de cabeza, los enfermos, España

Teresa de Ávila fue mística, reformadora y Doctora de la Iglesia. Se hizo monja carmelita a los veinte años, pero durante años luchó contra las distracciones mundanas. A sus cuarenta años, un poderoso encuentro con Cristo sufriente produjo una conversión profunda. Después de eso, todavía luchó con la sequedad y la distracción, pero perseveró, llegando a una unión profunda y duradera con Dios. Escribió: “No es tan esencial *pensar* mucho como *amar* mucho”. Escribió dos obras maestras de la espiritualidad católica que enseñan al alma a ascender de la oración vocal a las cumbres de la unión contemplativa: *El castillo interior* y *Camino de perfección*.



“La oración (...) no es otra cosa que una íntima conversación entre amigos; significa dedicar tiempo con frecuencia a estar a solas con aquel que sabemos que nos ama.”

Santa Teresa de Ávila

La oración es una relación

¿Por qué rezamos?

Desde nuestro primer aliento, anhelamos ser vistos, conocidos, amados y sentirnos seguros. El *Catecismo* enseña que “el hombre es por naturaleza y vocación un ser religioso” (CIC 44) y que este anhelo de Dios solo puede satisfacerse plenamente en relación con él. “La oración es la relación viva de los hijos de Dios con su Padre” (CIC 2565). No es una técnica ni una obligación religiosa, sino comunión con el Dios vivo que nos conoce por completo y nos ama incondicionalmente.

La batalla por la oración

El *Catecismo* nombra tres tentaciones constantes contra la oración: la distracción, la sequedad y el desaliento. La vida moderna —ocupada, sobrecargada, orientada hacia el ruido— actúa en contra de la quietud que la oración requiere. Los santos no prometen que la oración siempre se sentirá gratificante, pero insisten en que hay que perseverar en ella de todos modos.

“La oración no es otra cosa que la unión con Dios. Cuando el corazón es puro y está unido a Dios, se consuela y se llena de dulzura.”

San Juan María Vianney

Fines y expresiones de la oración

Fines

La tradición cristiana reconoce cuatro movimientos de la oración: Adoración —alabar a Dios por quién es, no por lo que da; Contrición —reconocer honestamente el pecado y nuestra necesidad de misericordia; Acción de gracias —dar gracias por dones y gracias concretas; Petición —presentar ante Dios nuestras necesidades y las de los demás. No se trata de una fórmula rígida. Son los movimientos naturales de un corazón en conversación sincera con Dios.

Expresiones

La oración vocal expresa con palabras lo que ya está en el corazón: el padrenuestro, el Rosario, la Liturgia de las Horas. La meditación usa la Escritura, la lectura sagrada o imágenes para comprometer la mente y la voluntad. La contemplación es una oración sin palabras, un descanso en la presencia amorosa de Dios: no algo que logramos, sino algo que recibimos.

“Ante todo recomiendo que se hagan plegarias, oraciones, súplicas y acciones de gracias por todos los hombres.”

1 Timoteo 2:1

La oración perfecta

Dada por Jesús

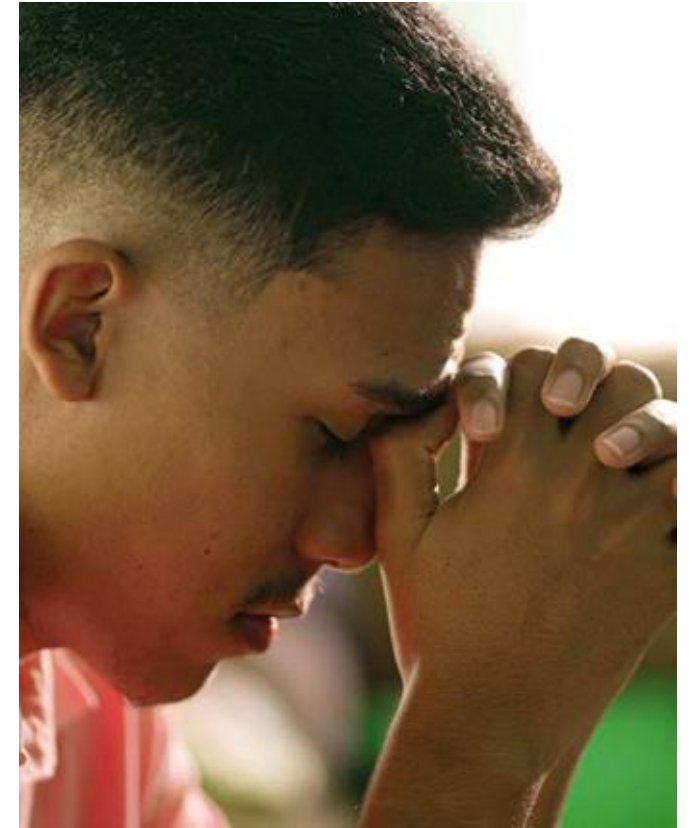
Cuando los discípulos le pidieron a Jesús: “Señor, enséñanos a orar” (Lucas 11:1), él les dio el padrenuestro, la oración perfecta, que la Iglesia ha rezado sin cesar durante siglos. Contiene toda petición que el corazón humano pudiera hacer y las ordena rectamente hacia Dios.

Comprometerse a orar

La oración no ocurre por casualidad; necesita ser buscada intencionalmente si queremos que forme parte de nuestra vida. Crear un espacio específico para la oración, programar tiempo y reconocer los frutos que aporta a lo largo del día no solo demuestra que nos importa, sino que la necesitamos. Al principio, puede sentirse difícil o desordenado, pero con el tiempo, se vuelve más fácil.

“Oren constantemente.”

1 Tesalonicenses 5:17





Preguntas de discusión

- ❖ Si entendemos la oración como una relación personal con Dios, en lugar de como un deber religioso, ¿de qué forma cambiaría nuestra manera de abordar la oración diaria? ¿Qué obstáculos podrían impedirnos experimentar este cambio de perspectiva y cómo podemos superarlos?
- ❖ ¿En qué se diferencia pedirle a María que interceda por nosotros de orar directamente a Dios?
- ❖ ¿Cómo podría una forma estructurada de rezar ayudar a tu vida espiritual? ¿Qué retos o beneficios supondría una estructura?

Curiosidades de la fe

¿Qué santa dio a la Iglesia la devoción llamada “Coronilla de la Divina Misericordia”?

a. Santa María Faustina Kowalska

b. San Juan Pablo II

c. San Pío de Pietrelcina

d. Santa Teresa de Ávila

Curiosidades de la fe

¿Qué santa dio a la Iglesia la devoción llamada “Coronilla de la Divina Misericordia”?

a. Santa María Faustina Kowalska ✓

b. San Juan Pablo II

c. San Pío de Pietrelcina

d. Santa Teresa de Ávila

Santa Faustina Kowalska, una monja polaca, registró en su diario *La Divina Misericordia en mi alma* las visiones que recibió de Jesús, quien pidió que se pintara la imagen de la Divina Misericordia y que se compusiera la Coronilla. Jesús prometió que quienes la recen, especialmente a la hora de la muerte, recibirían gran misericordia.



“Gloria a ti, Señor”

La procesión del Evangelio

Durante la Liturgia de la Palabra, la última lectura siempre proviene de uno de los cuatro evangelios. Mientras el sacerdote o el diácono levanta el Libro de los Evangelios y lo lleva solemnemente desde el altar hasta el ambón, la asamblea se pone de pie y canta “Aleluya” u otra aclamación gozosa. Con estos gestos, honramos el Evangelio como la voz de Cristo.

El gesto antes del Evangelio

Cuando el sacerdote o el diácono anuncia el Evangelio, los fieles responden: “Gloria a ti, Señor”, y trazan una pequeña cruz en su frente, sus labios y su corazón: una oración para que la Palabra de Dios esté en nuestra mente, en nuestros labios y morando en nuestro corazón. Es un acto de oración breve pero profundo, arraigado en la Liturgia.

“Como descienden la lluvia y la nieve de los cielos (...) así será mi palabra, la que salga de mi boca, que no tornará a mí de vacío.”

Isaías 55:10–11



Llevar a la vida:

Escribe una breve oración a Dios: solo unas pocas frases fáciles de memorizar.

Oración final

+ *“El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna.*

Amén.”

Anuncios / Recordatorios: agrega notas aquí