



«Actitudes de Cuaresma: La Oración»

Buenos días del 15 al 21 de marzo de 2014

Lunes: Dime como rezas y te diré quién eres, y la imagen de Dios que tienes

En el nombre del Padre...

Ambientación

Una de las actitudes que los cristianos reforzamos en Cuaresma, es la oración. A veces confundimos a Dios con una especie de mago que se puede saltar las leyes de la vida para satisfacer nuestros deseos o un Papá Noel que tiene que traernos cosas materiales... La auténtica oración cristiana no funciona así...

Para comprender mejor: "La oración de Petición"

<http://youtu.be/yu21mZ4QqE4>

Reflexión

- El protagonista del vídeo confunde a Dios con Papá Noel... Lo cierto es que lo material no funciona con Dios. Dios nos puede ayudar a sacar lo mejor de nosotros mismos... El modo de rezar que tenemos nos hace ver cómo es la imagen de Dios que mostramos. Dios no es un dependiente de supermercado al que vamos a pedir, sino que lo importante es dejarle hablar, leer nuestra vida desde su visión de las cosas.
- Nuestro modo de ser también se ve reflejado en la oración. A veces dejamos en manos de Dios lo que nosotros podemos cambiar y mejorar. Echamos la culpa a Dios de lo que ocurre en el mundo y nosotros no movemos un dedo para arreglarlo... Dime como rezas y te diré quién eres...
- ¿Cómo es tu oración?

Palabra de Dios (1Jn 5, 14-15)

«Nos dirigimos a Dios con la confianza de que, si pedimos algo según su voluntad, nos escuchará. Y si sabemos que nos escucha cuando le pedimos, sabemos que contamos con lo que hemos pedido.»

Oración

Entra en tu corazón y en momento de silencio pide a Dios esa actitud interior que necesitas para esta semana... [se deja un momento de silencio]





Martes: Dificultades en la oración

En el nombre del Padre...

Ambientación

A veces no es que no queramos rezar, a veces es que nos encontramos con muchas dificultades que nos impiden entrar dentro de nosotros mismos para escuchar a Dios. Vamos a echar un vistazo a las dificultades más frecuentes...

Para comprender mejor: Dificultades en la Oración

- Dificultades de nuestro contexto cultural
 - “Dios no está de moda...” Seamos sinceros, vivimos inmersos en un ambiente cultural en el que Dios no está de moda... Eso dificulta mucho el hecho de dedicar tiempo a la oración.
 - “Si rezas la gente te considera un pringao”. A veces rezamos en casa, o vamos a misa y vivimos la fe en familia, pero reconocer esto delante de nuestros amigos (algunos de ellos también viven su fe en familia) puede acarrear dificultades... Esto tampoco ayuda.
- Dificultades de nuestro ritmo de vida
 - “No tengo tiempo”. La verdad es que esto es una gran mentira... Tenemos tiempo para lo que de verdad nos importa. Piensa en lo más importante de tu vida, por muchas cosas que “tengas que” hacer, siempre sacas un rato para lo que de verdad te importa...
 - “No soy capaz de parar”. La verdad es que vivimos en un mundo acelerado y todo lo que hable de silencio, tranquilidad, estar quietos nos suena mal y aburrido, pero necesitamos esos espacios donde oírnos y escuchar lo más íntimo de nosotros que es Dios mismo.
- Dificultades de nuestra imagen de Dios
 - Ya vimos ayer que depende mucho de la imagen de Dios que tengas para que valores como importante el dedicar un rato a rezar... ¿Quién es Dios para ti?
- Dificultades de una vida cristiana “light”
 - A veces la dificultad para ponerte a rezar se encuentra sobre todo en que tu vida cristiana es superficial. Muchos creen en Dios pero no van a misa, otros van a misa pero porque les obligan, pero entre vosotros hay algunos que quieren vivir su fe intensamente... ¿Cómo lo hacen?

Reflexión

- Analizad juntos estas dificultades... ¿Podéis añadir alguna más?
- ¿Qué podemos hacer para ayudarnos a superarlas?

Palabra de Dios (1Tim 2,1)

«Ante todo recomiendo que se ofrezcan súplicas, peticiones, intercesiones y acciones de gracias por todas las personas».

Oración

Pide ayuda a Dios para que te enseñe a rezar y sacar la mejor versión de ti mismo, de ti misma. Cierra los ojos y pide en silencio [silencio]. María Auxiliadora...





Miércoles: San José y la Paternidad de Dios

En el nombre del Padre...

Ambientación

Hoy celebramos el día de San José. A esta figura se ha asociado la Paternidad porque fue el padre de Jesús, no biológico pero sí dotó a Jesús de lo que un padre tiene que proporcionar a su hijo: seguridad y protección.

Para comprender mejor: ¿Quién es San José?

- San José amó a Jesús como un hijo sin ser su hijo biológico. La paternidad no está necesariamente a la biología. Es un lazo que va más allá de la sangre y que nos habla sobre todo de un amor que protege.
- Por eso puede haber padres biológicos que realmente no vivan su paternidad porque no dan seguridad y protección a sus hijos. Y por el contrario hay paternidades que dan esa protección y seguridad a muchas personas sin ser sus hijos biológicos.
- Por ello también es el día del Seminario Diocesano, por esa paternidad espiritual que nos dan los sacerdotes por eso les llamamos "padre".
- El padre que vais a ser mañana no se improvisa, desde hoy tenemos que aprender a vivir estas actitudes, si somos capaces de amar desinteresadamente y proteger a personas, estamos experimentando la paternidad.

Reflexión

A Dios también le llamamos Padre. Dios es un Padre bueno. Da seguridad y protección y ama incondicionalmente. Hoy te invitamos a rezar despacio y en silencio el Padre Nuestro dirigido por el profesor. Él irá leyendo el Padre Nuestro que conoces y te invitará a reflexionar despacio sobre cada una de las frases

Oración

- Padre al que podemos llamar nuestro porque...
- Que estés... (¿dónde estés?)
- Santificado sea tu nombre (¿qué queremos decir con esto?)
- Venga a nosotros tu reino porque...
- Hágase tu voluntad en... (¿dónde?)
- Danos hoy... (¿qué te pedimos?)
- Perdónanos... (¿por qué te pedimos perdón hoy?)
- Porque nosotros perdonamos... (¿cuándo?)
- No nos dejes caer en la tentación de...
- Y líbranos del mal (¿qué te preocupa?)
- Amén.





Jueves: Día mundial de la felicidad. Rezar con las cosas

En el nombre del Padre...

Ambientación

La Asamblea General de la ONU, el 12 de julio de 2012 decretó el 20 de marzo Día Internacional de la Felicidad, para reconocer la relevancia de la felicidad y el bienestar como aspiraciones universales de los seres humanos y la importancia de su inclusión en las políticas de gobierno. La resolución invita a todos los Estados Miembros, a las organizaciones nacionales, regionales e internacionales, a la sociedad civil y a las personas a celebrar este Día, y promover actividades concretas, especialmente en el ámbito de la educación.

Para comprender mejor: Rezar con lo que nos produce felicidad...

- Es verdad que muchas veces nos centramos en lo negativo y dejamos que lo que ocurre en nuestra vida se tiña de cierto pesimismo. Esta iniciativa de la ONU nos invita a, por lo menos hoy, centrarnos en el lado positivo de la vida.
- Os invitamos a hacer un pequeño ejercicio de oración.

Oración

1. Cierra los ojos
2. Relájate, para ello concéntrate en tu respiración
3. Piensa en tu vida como si fuera una galería de fotos de tu móvil o un álbum o una carpeta en tu ordenador... Mira las fotos que aparecen...
4. Céntrate en una que te haga muy feliz... Mira con quién estás, qué estás haciendo, recrea el buen rollo de esa foto en tu vida.
5. Mira las personas que hay... Da gracias a Dios por sus vidas, pide por sus preocupaciones...
6. Recrea de nuevo las sensaciones que tuviste, siéntete agradecido, agradecida y feliz por tener estos recuerdos dentro de ti.
7. Abre los ojos. Coge un papel y dibuja una sonrisa. Piensa en alguien a quien le haga falta y a lo largo del día de hoy se la regalas con un abrazo.





Viernes: “Tú cuando ores, entra en tu habitación...”

En el nombre del Padre...

Ambientación

Después de esta semana... ¿Te queda claro cuándo rezar y cómo hacerlo? A veces lo mejor es enemigo de lo bueno... Así que mejor empezar cuando sea, incluso en la desesperación... Mira este vídeo...

Para comprender mejor: “¿Cuándo orar?”

<http://youtu.be/wugnZA47yEU>

Reflexión

- La protagonista del vídeo busca a Dios para que le dé una respuesta. Pero en su lugar descubre que se siente más segura al escucharse a sí misma hablando con Dios.
- La desesperación de su vida le lleva a orar, pero no es el único camino. La felicidad, la tranquilidad, la preocupación, nos llevan a encontrarnos con Dios que siempre nos ayuda a buscar lo mejor de nosotros mismos para salir adelante en las situaciones de la vida.
- Dios no soluciona tus problemas, te da la fuerza para enfrentarlos.
- Solamente sigue ese proceso: entra en tu habitación, en tu intimidad, y habla y escucha...

Palabra de Dios (Mt 6, 5-8)

«Cuando oréis no hagáis como los hipócritas, que gustan rezar de pie en las sinagogas y en las esquinas para exhibirse a la gente. Os aseguro que ya han recibido su paga. Cuando tú vayas a orar, entra en tu habitación, cierra la puerta y reza a tu Padre a escondidas. Y tu Padre, que ve en lo escondido, te lo pagará. Cuando recéis no seáis palabreros como los paganos, que piensan que a fuerza de palabras serán escuchados. No los imitéis, pues vuestro Padre sabe lo que necesitáis antes de que se lo pidáis.»

Oración

Cierra los ojos. Haz balance de lo vivido esta semana. Da gracias a Dios por lo vivido y pide lo que necesites para vivir a tope este fin de semana... Dios te salve María, llena eres de Gracia...

