



Señor Enséñame a Orar

Objetivo:

Buscar y descubrir mi propia forma de comunicarme con Dios a través de diferentes maneras de orar.

I. Oración y Bienvenida calurosa.

II. Introducción: (El 2 min.)

Leer Textual:

En esta presentación queremos mostrar como por medio de diferentes formas de orar podemos encontrar intimidad y cercanía en nuestra relación con Dios. Ya que la oración no es solo pedir, si no también callar, meditar, cantar, dar gracias, pedir perdón y ofrecer.

III. Leer Textual: (El y Ella)

Existen diferentes formas de orar por ejemplo:

La tradicional. Es la oración aprendida o leída como el rosario, novenas, hora santa, etc. Este tipo de oración es la mas común el cual traemos de nuestras tradiciones y culturas.

La oración meditada. Es estar en silencio y descubrir que me dice Dios en estos momentos, es salirme de mi mismo y dejar entrar al Señor en mi y escucharlo, darle gracias y dejarme guiar por el, no por mis instintos. Pedirle perdón por mis culpas o simplemente estar en silencio o a solas con el Señor. Meditar es una actitud concentrada y ordenada por la cual tomamos un texto, un tema, una situación. Lo analizamos en sus causas según la voluntad de Dios y no la nuestra.

La oración comunitaria. Esta forma de orar se logra cuando juntos como familia, grupo o comunidad. Oramos, pedimos y damos gracias por las necesidades de los demás.

La oración a través del canto. El cantar es una forma de entrar en contacto con Dios, se dice que El canta ora dos veces. A través del canto podemos expresar nuestro gozo, la alegría y nuestra tristeza. El canto nos libera y nos fortalece, podemos expresar lo que algunos no podemos decir con palabras.

Existe también la oración escrita. En una carta podemos escribir tantas cosas que no sabría expresar verbalmente, a veces nosotros mismos nos quedamos

sorprendidos por las cosas tan lindas que podemos decir escribiendo. Hay momentos de depresión, angustia, graves disgustos, en que escribirle a Dios nos ayuda también a conocernos mucho mas y a cambiar nuestra vida.

Para escuchar a Jesús por medio de la lectura es importante que le dejes entrar en ti, guarda silencio, deja que la fuerza de su palabra entre en tu alma y tu corazón. Deja que el Espíritu Santo tome posesión de lo que eres, de lo que piensas y de lo más íntimo de ti. En la fe pide al Señor que te sane esa herida que te duele, esa angustia que te oprime, que te libere de esos temores o rencores, aprende a escucharlo en su palabra y en el silencio.

IV. Leer Lectura Bíblica, Mateo 5: 8 (El o Ella)

a) Reflexión personal (El o Ella 3 min.)
¿Qué dificultad tengo para orar? ¿CMSADE?

V. Compartir (El y Ella 2 min. c/u)
Compartan la forma en la que acostumbran a orar.

Mentalidad: Cuales son tus luchas y dificultades, cansancio, distracciones, solo lo haces cuando necesitas algo, no es un valor en tu vida, incomodidad o vergüenza, falta de fe, etc. Comparte ¿Qué significa Dios para ti? ¿Qué lugar ocupa en tu vida? No solo por tus palabras sino por tus acciones y como te sientes acerca de esto.

VI. Compartir (El y Ella 2 min. c/u)
Los efectos de la Oración.
Comparte los efectos positivos cuando eres constante en la oración, cual es tu respuesta cuando oras de corazón, ¿Cómo te sientes cuando estas en paz con Dios y le puedes hablar como un hermano, un amigo o un padre?

VII. Dialogo 10+10:
¿Qué cambios necesito hacer para ser de la oración un valor en mi vida?
¿CMSCMR?

VIII. Compartir Abierto
¿CMS después de escuchar esta charla?

IX. Oración Final.

Pilar Comunidad Sección XIV - USA