

una guía de oración para el camino



Te estás preparando para Ser fortalecido por el Espíritu Santo en la Confirmación. Para estar abierto a la gracia que Dios nos ofrece en este sacramento, querrás conocer más a Jesús y parecerte más a él. Puedes lograrlo pasando más tiempo con él en oración todos los días. Los consejos que se incluyen en esta guía de oración te ayudarán a rezar y profundizar tu relación con Dios.

Oración de la mañana

Apenas te despiertes, da gracias a Dios por haberte protegido durante la noche y por concederte un día más. Ofrece el nuevo día a Dios —todo lo que vas a hacer y decir, todo lo que el día te depara, tanto alegrías como desdichas—. Tal vez quieras agregar alguna intención especial para el día. Esta es una oración tradicional de la mañana:

*Te ofrezco, Señor, todos mis pensamientos, palabras y obras de este día, uniéndolos a los méritos de Nuestro Señor Jesucristo, tu único Hijo.
Amén.*

Piensa en el día que comienza y pide a Dios que te ayude a lo largo de la jornada.

Oraciones para bendecir la mesa

Antes de comer, piensa en Dios, que proporciona alimento a todas sus criaturas. Pídele que bendiga la mesa. Cuando hayas terminado de comer da gracias a Dios por los alimentos y por todas las cosas buenas que el Creador te ha dado.

Oración antes de la comida

*Bendícenos, Señor,
y bendice estos alimentos
que por tu bondad
vamos a tomar.
Por Jesucristo, nuestro Señor.
Amén.*

Oración después de la comida

*Te damos gracias, Señor,
por todos tus beneficios.
Tú que vives y reinas
por los siglos de los siglos.
[El Señor nos de su paz
y la vida eterna.]
Amén.*

Oración de la tarde

Antes de dormir, repasa tu día. Da gracias a Dios por todas las cosas buenas que te pasaron. Examina tu conciencia y pide perdón por las cosas que hiciste que pudieron haber dañado tu relación con Dios. Reza el Acto de Contrición. Pide a Dios que bendiga a las personas que amas y a todos los que necesitan su bendición.

*Dios, Padre común, el día ha concluido.
Imploramos a ti, y a tu Hijo Jesucristo,
que con el Espíritu, nuestro huésped de honor,
vigilen nuestro sueño y bendigas nuestro
descanso.
Amén.*

Otras formas de rezar

Elige un momento del día que puedas dedicarle solamente a Dios, un momento en el que puedas estar solo y en silencio.

Busca un lugar tranquilo y privado.

Relájate y evoca la presencia de Dios.

Sigue alguno de los siguientes métodos tradicionales de oración.

- **Reza una oración de fe como la siguiente:**

*Dios mío,
creo firmemente que estás aquí,
junto a mí,
que me amas,
y que creaste el universo por amor.
Jesús,
creo firmemente que eres el Hijo de Dios,
que moriste para salvarme del pecado y de la
muerte,
que resucitaste de entre los muertos y que eres
el Rey de Reyes.
Espíritu Santo,
creo firmemente que eres espíritu de vida
y amor,
que me enseñas a vivir y amar,
y que me ayudarás a ser más como Jesús.*

- **Reza una oración de alabanza como la siguiente:**

*Bendito seas Señor, Padre omnipotente, por tu
amor y grandeza.
Bendito seas Jesús, verdadero Dios y verdadero
hombre, que has redimido al mundo.
Bendito seas Espíritu Santo, que me inspiras
para hacer el bien.*

Tal vez quieras rezar oraciones de agradecimiento y petición. Guarda silencio y escucha a Dios.

- **Lee algún relato de los Evangelios y reflexiona.**

Representa la historia usando tu imaginación, trata de verla como si estuvieses allí. Reflexiona sobre lo que está pasando y habla con Jesús sobre eso.

¿Qué te dice la palabra de Dios en ese pasaje?

Toma una resolución para tu vida basándote en la historia.

- **Reza una oración centrante.**

Acércate a Dios en tu interior. Céntrate, o enfócate, en Dios, que está en lo profundo de tu ser. Deja que su amor y su bondad te acerquen a él. Descansa en su presencia.

Reza una palabra o frase simple como: "Te amo", "Dios mío y Señor mío" o "Jesús".

Pon atención a Dios y disfruta su presencia.

Cuando tus pensamientos se dispersen, usa la palabra o frase que elegiste para orientar tu atención de nuevo hacia Dios.

Termina con una oración formal. Reza el Padre Nuestro, el Gloria al Padre o cualquier otra oración.

- **Reza una oración escrita por alguno de los seguidores de Jesús, como la oración de entrega de san Ignacio de Loyola:**

*Toma, Señor, y recibe toda mi libertad,
mi memoria, mi entendimiento
y toda mi voluntad;
todo mi haber y mi poseer.*

*Tú me diste todo,
a tí, Señor, te lo entrego.*

*Todo es tuyo: dispón de ello
según tu voluntad.*

*Dame tu amor y gracia,
que esto me basta.*

- **Reza oraciones de las Sagradas Escrituras como las siguientes:**

Salmos: 1; 4; 16; 19; 23; 33; 34; 46; 51; 63; 77; 84; 86; 91; 96; 103; 111; 121; 139; 145; 150

Isaías 43:1–3; Isaías 55:6–11; Daniel 3:52–90; Habacuc 3:17–19

Lucas 1:46–55; Lucas 1:68–79

Efesios 1:3–10; Filipenses 2:5–11; Colosenses 1:15–20; Apocalipsis 7:10,12

- **Reza oraciones católicas tradicionales como el Rosario y el Vía Crucis.**

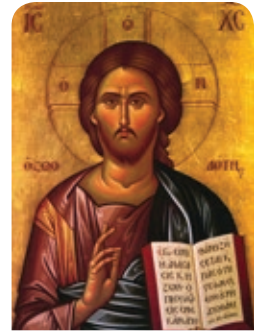


Responder a las palabras Jesús

Las siguientes páginas te ayudarán a escuchar las palabras de Jesús en los Evangelios y a responderle.

¿Qué dice Jesús sobre Dios?

Lee los siguientes pasajes de los Evangelios, reflexiona y responde según te guíe el Espíritu Santo.



Juan 14:1–2

.....

.....

.....

.....

Juan 16:23–27

.....

.....

.....

.....

Mateo 6:5–13

.....

.....

.....

.....

Mateo 6:25–34

.....

.....

.....

.....

Mateo 10:26–31

.....

.....

.....

.....

Lucas 11:5–13

.....

.....

.....

.....

¿Qué dice Jesús sobre el amor al prójimo?

Lee los siguientes pasajes de los Evangelios, reflexiona y responde según te guíe el Espíritu Santo.



Juan 15:12

.....

.....

.....

.....

Mateo 18:21–35

.....

.....

.....

.....

Marcos 1:23–28

.....

.....

.....

.....

Lucas 5:12-16

.....

.....

.....

.....

Lucas 6:27-42

.....

.....

.....

.....

Lucas 7:36-50

.....

.....

.....

.....

