

CAPÍTULO
1
Oración

Un salmo de acción de gracias

Un salmo es un poema o una canción hebrea que se encuentra en el libro de los Salmos del Antiguo Testamento. Los salmos fueron escritos originalmente para alabar a Dios, darle gracias, celebrar su ley, pedirle sabiduría o ayuda, o para expresar confianza en él. Los salmos en general se rezan en voz alta o se cantan durante el culto. También se rezan en silencio. En este salmo damos gracias a Dios por el don de la creación y por su continuo amor y cuidados. Cuando rezamos oraciones de acción de gracias nos acercamos más a Dios.

Salmo 136

Líder: Tomen un momento para calmar la mente. Descansen en la presencia de Dios. Ahora recemos esta oración juntos y en voz alta.

Todos:

Demos gracias al Señor porque es bueno, porque es eterno su amor.

Demos gracias al Dios de los dioses, porque es eterno su amor.

Demos gracias al Señor de señores, porque es eterno su amor.

Al único que hace grandes maravillas, porque es eterno su amor.

Al que hizo el cielo con maestría, porque es eterno su amor.

Al que asentó la tierra sobre las aguas, porque es eterno su amor.

Al que hizo las grandes luminarias, porque es eterno su amor.

El sol, para regir el día, porque es eterno su amor.

La luna y estrellas, para regir la noche, porque es eterno su amor.

Reflexionar

¿De qué maneras puedo mostrar a los demás que estoy agradecido por la gracia de Dios en mi vida?



CAPÍTULO
2
Oración

Alaba a Dios

La bendición con el Santísimo Sacramento tiene lugar al final del período de la Adoración Eucarística. Durante la bendición, un sacerdote o un diácono bendice a la congregación con la Eucaristía, que está dentro de una custodia. Luego el sacerdote o diácono reza las Alabanzas Divinas, también conocidas como Alabanzas de Desagravio. Las Alabanzas Divinas dan gracias a Dios, a la Sagrada Familia y a los ángeles y santos por todo lo que han hecho en la obra de la Salvación.

Las Alabanzas Divinas

Líder: Reza esta oración en silencio y reflexionando sobre cada palabra e idea. Luego toma un momento para pensar sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Bendito sea Dios.

Bendito sea su santo nombre.

Bendito sea Jesucristo, verdadero Dios y verdadero Hombre.

Bendito sea el nombre de Jesús.

Bendito sea su Sacratísimo Corazón.

Bendito sea Jesús en el Santísimo Sacramento del Altar.

Bendita sea la excelsa Madre de Dios María Santísima.

Bendita sea su santa e inmaculada Concepción.

Bendito sea el nombre de María, Virgen y Madre.

Bendito sea San José, su castísimo Esposo.

Bendito sea Dios en sus Ángeles y en sus Santos. Amén

Reflexionar

¿De qué manera dar gracias y alabar a Dios me ayuda a acercarme a él?



CAPÍTULO
3
Oración

Esperanza y confianza en Dios

El Acto de Esperanza es una oración tradicional católica que existe en varias versiones. Aunque cada versión tiene algunas palabras diferentes el mensaje es siempre el mismo: confiamos en el amor, la misericordia, la gracia y las promesas de Dios. La esperanza es la seguridad de que Dios siempre estará con nosotros y nos guiará. En general rezamos esta oración por la mañana o cuando necesitamos ánimo.

Acto de Esperanza

Líder: Toma un momento para calmar tu mente. A medida que rezamos el Acto de Esperanza en voz alta, pensemos en nuestra confianza en Dios. Luego piensa en silencio sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Todos:

*Señor Dios mío, espero por tu gracia
la remisión de todos mis pecados;
y después de esta vida,
alcanzar la eterna felicidad,
porque tú lo prometiste que eres
infinitamente poderoso,
fiel, benigno y lleno de misericordia.
Quiero vivir y morir en esta esperanza.
Amén.*
Concluyan rezando la Señal de la Cruz.

Reflexionar

¿Qué dones he recibido que me ayudan a depositar mi esperanza en Dios?

CAPÍTULO
4
Oración

Ser hijo de la luz

San Ignacio de Loyola creía que invitamos a Dios a hablar con nosotros a través de nuestras vivencias y usando nuestros sentidos e imaginación. San Ignacio desarrolló una manera especial de rezar, llamada meditación guiada, para ayudarnos a conectar nuestro corazón y nuestra mente con Dios de una manera más plena. En este tipo de oración comenzamos tomando conciencia de la presencia de Dios en nuestra vida, nos centramos en una historia de las Sagradas Escrituras o una situación determinada, entablamos una conversación con Dios y finalizamos con un momento de reflexión.

Reflexión sobre el Bautismo

Líder: Al final del rito del Bautismo el sacerdote enciende un cirio bautismal con el cirio pascual y luego entrega el cirio encendido al nuevo cristiano (o a los padres del bebé). El cirio simboliza la luz de Cristo que brilla en nuestro corazón. Nos recuerda que debemos ser una luz en el mundo en nombre de Jesucristo. Es nuestra responsabilidad mantener la llama de fe viva en nuestro corazón.

Ahora cierra los ojos y relájate. Piensa en el símbolo del cirio encendido. Imagínatelo. Piensa en lo que significan las siguientes palabras mientras las leo.

Imagina al sacerdote que entrega un cirio bautismal encendido a los padres y padrinos de una niña que está siendo bautizada. Escucha las palabras del sacerdote:

Recibe la luz de Cristo. A ustedes, padres y padrinos, se les confía el cuidado de esta luz, a fin de que esta niña, que ha sido iluminada por Cristo, camine siempre como hija de la luz y, perseverando en la fe, pueda salir al encuentro del Señor, con todos los santos, cuando venga el final de los tiempos.

Ahora es tiempo de poner nuestra atención de vuelta en este salón. Concluyamos nuestro tiempo especial con Jesús rezando la Señal de la Cruz.

Reflexionar

¿Cómo he mostrado la luz de Cristo hoy? Pido a Jesús que me ayude a caminar como hijo o hija de la luz.



CAPÍTULO
5
Oración

Yo confieso

El *Confiteor* es una oración en la cual reconocemos nuestros propios pecados y pedimos a Dios su misericordia. El pecado siempre afecta a los demás. Cuando pecamos herimos a otras personas. Debilitamos nuestra relación con Dios y aflojamos los lazos que nos mantienen unidos. Por esta razón, cada semana, al rezar el *Confiteor* en la misa pedimos el perdón de Dios y el perdón de la comunidad.

El *Confiteor*

Líder: Relajen su cuerpo y su mente. Después de rezar en voz alta la oración, dediquen un momento para pensar sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Todos:

Yo confieso ante Dios todopoderoso

y ante ustedes, hermanos,

que he pecado mucho

de pensamiento, palabra,

obra y omisión.

Por mi culpa, por mi culpa,

por mi gran culpa.

*Por eso ruego a santa María,
siempre Virgen,*

a los ángeles, a los santos

y a ustedes hermanos,

*que intercedan por mí ante Dios,
nuestro Señor.*

Amén.

Reflexionar

¿Qué puedo hacer para mostrar que estoy arrepentido de mis pecados?

CAPÍTULO
6
Oración

Una oración de san Ignacio

Una buena forma de desarrollar el hábito de encontrar a Dios en todas las cosas es rezar el Examen Diario, un hábito diario practicado y fomentado por san Ignacio de Loyola. En esta oración repasas tu día para reconocer cómo Dios está activo en tu vida. Cuando rezamos el Examen Diario nos podemos acercar más a Dios.

El Examen Diario

Líder: Calma tu corazón y tu mente. Reza el Examen Diario para ti mismo haciendo una pausa al final de cada paso. Al terminar la oración medita sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Serénate. Recuerda que estás ante la presencia sagrada de Dios. Ábrele tu corazón. Pídele al Espíritu Santo que te ayude a rezar con honestidad y escucha con atención.

Da las gracias. Agradécele a Dios los dones que te ha dado. Piensa en cómo compartir esos dones con los demás.

Haz memoria. Repasa tu día paso a paso, lo que hiciste, con quién estuviste y qué pensamientos y sentimientos tuviste a lo largo del día.

Habla con Dios. Cuéntale las cosas que te hacen sentir bien y aquellas de las que te arrepientes. Expresa tu pena por las veces que ignoraste a Dios. Pídele que te ayude a tomar mejores decisiones la próxima vez.

Mira hacia adelante. Pídele a Dios que te ayude a dar lo mejor de ti mismo mientras esperas con ilusión un nuevo día.



Reflexionar

¿Cómo puedo hacer que este tipo de oración sea parte de mi rutina diaria?

CAPÍTULO
7
Oración

Me arrepiento

El Acto de Contrición es una oración tradicional católica que podemos rezar durante un servicio litúrgico, en privado cuando hacemos un examen de conciencia o durante cualquier otro momento privado, o cuando celebramos el sacramento de la Reconciliación. Hay varias versiones de la oración; podemos usar también nuestras propias palabras para expresar nuestra pena a Dios. En esta oración reconocemos nuestros pecados, pedimos a Dios su perdón y expresamos nuestro deseo de arrepentirnos. Cuando rezamos esta oración invitamos a la gracia de Dios a entrar en nuestra vida y pedimos comenzar de nuevo.

Acto de Contrición* (u Oración del Penitente)

Líder: Vamos a rezar esta oración en privado y a pensar en su significado. Luego piensen en la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Dios mío,
me arrepiento de todo corazón
de todo lo malo que he hecho
y de todo lo bueno que he dejado
de hacer,
porque pecando te he ofendido a ti,
que eres el sumo bien
y digno de ser amado sobre todas
las cosas.
Propongo firmemente, con tu gracia,

cumplir la penitencia,
no volver a pecar y evitar las
ocasiones de pecado.
Perdóname, Señor,
por los méritos de la pasión
de nuestro Salvador Jesucristo.
Amén.

Reflexionar

¿Cuáles son algunas de las maneras en que puedo evitar la tentación y el pecado?

* Acto de Contrición tradicional aparece en la página 105.

CAPÍTULO
8
Oración

Una y otra vez

La oración comunitaria se lleva a cabo cuando dos o más personas se reúnen para elevar su mente y su corazón a Dios. Un servicio de oración es una forma de oración comunitaria en la que ciertas partes son leídas por determinadas personas, como Líder, Lector y Todos. En este servicio de oración reflexionamos sobre la idea de que Dios es nuestro buen pastor. Él nos ama y quiere que estemos cerca de él. Nos buscará una y otra vez.

Dios, nuestro buen pastor

Líder: Vamos a rezar juntos esta oración en voz alta y luego nos tomaremos un momento para pensar sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Alabado sea Dios, nuestro buen pastor, que nos ama y quiere que permanezcamos cerca de él.

Todos:
¡Bendito sea Dios por siempre!

Líder:
Pidamos ayuda a Dios y demos gracias por su amor.

Todos:
Enséñame tus caminos, Señor.

Líder:
*Muéstrame tus caminos y ayúdame a seguirlos;
guíame con tu verdad y enséñame.*

Todos:
Enséñame tus caminos, Señor.

Líder:
Tú me mantienes a salvo; siempre confío en ti.

Ayúdame a recordar que siempre eres paciente y bondadoso.

Todos:
Enséñame tus caminos, Señor.

Líder:
*Tú me recibes una y otra vez.
Gracias, Señor, por tu amor.*

Todos:
¡Bendito sea Dios por siempre! Amén.
Concluyan rezando la Señal de la Cruz.

Reflexionar

¿Cómo puedo seguir los caminos del Señor hoy?

CAPÍTULO
9
Oración

Bendice al Señor

El rey David bailó y cantó de alegría cuando el Arca de la Alianza llegó a Jerusalén. Él amaba a Dios y escribió muchos salmos para demostrar alabanza y acción de gracias. Un salmo es un poema o canto hebreo que se encuentra en el libro de los Salmos del Antiguo Testamento. Jesús rezaba los salmos y nosotros continuamos rezándolos. El Salmo 103 es un canto de alabanza a la bondad y la santidad de Dios. Nosotros demostramos nuestro amor y alabanza a Dios, y depositamos nuestra confianza en él a través de oraciones de alabanza.

Salmo 103

Líder: Recemos juntos y luego dediquemos un momento para pensar sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Te alabamos Dios por todas las bendiciones de nuestra vida.

Grupo A:

Te alabamos por la maravilla de una hermosa noche estrellada.

Todos:

*Bendice, alma mía, al Señor,
y mi ser a su santo Nombre;
bendice, alma mía, al Señor,
y no olvides sus beneficios.*

Grupo B:

Te alabamos por mostrarnos cómo ayudar a los demás.

Todos:

*Bendice, alma mía, al Señor,
y mi ser a su santo Nombre;
bendice, alma mía, al Señor,
y no olvides sus beneficios.*

Grupo A:

Te alabamos por las majestuosas montañas con sus cimas nevadas.

Todos:

*Bendice, alma mía, al Señor,
y mi ser a su santo Nombre;
bendice, alma mía, al Señor,
y no olvides sus beneficios.*

Grupo B:

Te alabamos por el amor de la familia y los amigos.

Todos:

*Bendice, alma mía, al Señor,
y mi ser a su santo Nombre;
bendice, alma mía, al Señor,
y no olvides sus beneficios.*

Concluyan rezando la Señal de la Cruz.

Reflexionar

¿Cómo puedo mostrar que estoy agradecido por la presencia de Dios en mi vida?



CAPÍTULO
10
Oración

Oración bíblica

Podemos rezar utilizando la Biblia. Esta clase de oración a veces es llamada oración bíblica. En la oración bíblica leemos las Sagradas Escrituras y reflexionamos sobre las verdades que nos enseñan. Recibimos la Palabra de Dios en el corazón. Hay muchas clases de oraciones bíblicas; algunas las rezamos solos y en silencio, otras las rezamos en voz alta y en grupo. La siguiente oración bíblica proviene de la parábola de Jesús sobre la semilla de mostaza.

Cuidando las semillas de la fe

Líder: Céntrate en la Palabra de Dios mientras leemos juntos y en voz alta la oración. Después de terminar de rezar, piensa en silencio sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Todos queremos ser como las semillas que caen en suelo fértil. Queremos aprender y crecer en la fe. Las semillas necesitan buena tierra, la luz del sol y agua. Para crecer como discípulos podemos escuchar la Palabra de Dios, reflexionar sobre ella y usar nuestras palabras y acciones para enseñar a los demás sobre el amor y la misericordia de Dios. Debemos cuidar las semillas de nuestra fe.

Comencemos rezando la Señal de la Cruz. Escucha mientras leo los versículos 31–32 del Capítulo 13 del Evangelio según san Mateo. “Les contó otra parábola: ‘El reino de los cielos se parece a una semilla de mostaza que un hombre toma y siembra en su campo. Es más pequeña que las demás semillas; pero, cuando crece es más alta que otras hortalizas; se hace un árbol, vienen los pájaros y anidan en sus ramas’”.

Señor, tú siembras semillas en nosotros para que podamos crecer en la fe.

Todos:

Te damos las gracias por sembrar tu Palabra en nuestro corazón, Señor.

Tú nos ayudas a permanecer arraigados en tu Palabra.

Te damos las gracias por sembrar tu Palabra en nuestro corazón, Señor.

Tu Palabra nos alimenta y nos ayuda a crecer en la santidad.

Te damos las gracias por sembrar tu Palabra en nuestro corazón, Señor.

Tú nos guías para sembrar semillas de tu amor en los demás.

Te damos las gracias por sembrar tu Palabra en nuestro corazón, Señor.

Dios amoroso, gracias por sembrar tu Palabra en nosotros. Ayúdanos a sembrar semillas de bondad, amor y misericordia en nuestras familias, en nuestras comunidades y en el mundo. Amén.

Concluyan rezando la Señal de la Cruz.

Reflexionar

¿Cuál es una de las maneras en las que puedo mostrar esta semana que la Palabra de Dios está sembrada en mi corazón?

CAPÍTULO
11
Oración

La imaginación en la oración

De un modo similar a la meditación guiada del Capítulo 4, usamos nuestros sentidos e imaginación para conectarnos con Dios. Nos preparamos tomando conciencia de la presencia de Dios, luego usamos nuestra imaginación para contemplar una situación mientras iniciamos una conversación con Dios. A través de esta clase de oración logramos encontrar a Dios en todas las cosas. En esta oración usamos nuestros sentidos e imaginación para entender cómo podemos utilizar nuestros dones para ayudar a los demás y dar gloria a Dios.

Usamos nuestros dones

Líder: Recemos la meditación guiada. Luego dedicaremos unos momentos para pensar sobre la pregunta de la sección Reflexionar.

Dios nos da muchos dones. Nos da los dones de la creación: animales, flores, árboles, estrellas y el sol. Nos da los dones de la familia, los amigos y nuestra comunidad parroquial. También nos da el don más grande de todos: nos da el don de Jesucristo en la Eucaristía. ¿Cómo podemos darle las gracias por tan maravilloso don? La mejor manera de mostrarle nuestro agradecimiento es convirtiéndonos en la mejor persona que podamos ser. Usa tu imaginación para ayudarte a reconocer y compartir los dones que Dios te ha dado.

Imagina que estás sentado en una mesa de la cafetería de la escuela. Mira a tu alrededor. ¿Qué ves? Puede ser que veas un grupo de amigos comiendo, hablando y riendo. Quizás veas a otros jóvenes sentados solos. Ves a un nuevo estudiante confundido, sin saber adónde dirigirse. Ves a un maestro pidiendo voluntarios para armar paquetes con provisiones para las personas necesitadas. Tal vez hayas notado que una de las personas que trabaja en la cafetería no te saludó con la alegría de

siempre. ¿Qué más notas? Concéntrate en una situación en particular.

Ahora imagina que Jesús está sentado a tu lado. Habla con Jesús sobre los muchos dones y bendiciones que Dios te ha dado. Caminen juntos hacia la situación que imaginaste y usa uno de tus dones para llevar el amor de Dios a esa situación. Regresa a la mesa. Dile a Jesús lo que tú piensas que puedes ofrecer a Dios y a los demás este día para mostrar la presencia de Dios en el mundo. Junto con Jesús, dedica unos momentos para dar gracias a Dios por el don que reconociste y compartiste. Pide al Espíritu Santo que te ayude a usar tus dones para dar gloria a Dios y ayudar a los demás. Despidete de Jesús y regresa lentamente a este lugar y tiempo presentes.

Reflexionar

¿Qué otros dones puedo ofrecer para mostrar a Dios mi amor por él y por su creación?



CAPÍTULO
12
Oración

Alabar a Dios por nuestros dones

Una letanía es una forma de oración en la que rezamos una respuesta en común a una serie de invocaciones (alabanzas) o peticiones que se presentan de forma similar. Las letanías se pueden rezar en grupo o individualmente. En esta letanía damos las gracias y alabamos a Dios por el don de la Eucaristía.

Letanía de acción de gracias

Líder: Recemos juntos esta letanía. Luego tomaremos un momento para meditar sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Comenzamos nuestra oración en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén. Oremos.

Respuesta: *Te damos gracias y te alabamos, Oh, Señor.*

Líder: *Por el don que nos diste en la Última Cena. . . R*

Líder: *Por el sacrificio que hiciste por nuestros pecados. . . R*

Líder: *Por tu presencia cuando nos reunimos como comunidad para alabarte. . . R*

Líder: *Por el sacerdote cuyas palabras utilizas para transformar el pan y vino en el Cuerpo y la Sangre de Cristo. . . R*

Líder: *Por la Presencia Real en la Eucaristía que recibimos como alimento espiritual. . . R*

Líder: *Por la oportunidad de compartir tu amor y servir a los demás. . . R*

Todos: *Dios de amor, gracias por todos los dones que nos has dado, especialmente el don de Jesucristo*



en la Eucaristía. Gracias por el don de nuestra comunidad de fe y la unidad, el amor y el alimento que recibimos cuando recordamos el sacrificio de Cristo por nuestra salvación. Guíanos para poder ser testigos de su amor en el mundo. Te lo pedimos en el nombre de Jesús, nuestro Señor. Amén.

Concluyan rezando la Señal de la Cruz.

Reflexionar

¿Qué pequeño sacrificio puedo hacer para demostrar mi amor hacia Dios esta semana?

CAPÍTULO
13
Oración

Rezamos a Dios, nuestro Padre

Fue el mismo Jesús quien nos dio el Padrenuestro, oración que también llamamos Oración del Señor. El Padrenuestro es una de las oraciones más importantes de la fe cristiana. Encontrarás una versión más larga del Padrenuestro en el Evangelio según san Mateo y una versión más corta en el Evangelio según san Lucas. En esta oración, alabamos y glorificamos a Dios Padre y le pedimos que nos dé lo necesario para que algún día podamos estar junto a él en el cielo. A medida que lo rezas piensa en el significado más profundo de las palabras.

El Padrenuestro

Líder: Comencemos el Padrenuestro rezando la Señal de la Cruz. Luego de que hayamos terminado de rezar, dedicaremos un momento para meditar en silencio sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Todos: *Padre nuestro que estás en el cielo,*

Líder: Qué maravilloso poder llamarte Padre, porque tú me has creado. Soy tu hijo, pero tú eres “nuestro” Padre. Estás en el cielo, pero estás conmigo. Compartes tu vida conmigo y estás cerca de mi corazón.

Todos: *santificado sea tu Nombre; venga a nosotros tu Reino; hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo.*

Líder: Tu nombre es santo, y haces santa a toda la creación, incluso a mí. Mantenme en el camino de la santidad. Rezo para que venga tu Reino. Gracias por acercarnos a tu Reino a través de tu Hijo, Jesucristo. Ayúdame a servir a tu Reino en la forma en que cuido de los demás.

Todos: *Danos hoy nuestro pan de cada día;*

Líder: Tú me has dado la vida. ¿Cómo no habrías de darme el pan

que necesito? Ayúdame a recordar que es “nuestro” pan, una hogaza que debo compartir con muchas personas.

Todos: *perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden;*

Líder: ¿Cómo puedo pedir perdón si no estoy dispuesto a perdonar? Tu perdón no tiene límite. Que el mío tampoco lo tenga.

Todos: *no nos dejes caer en la tentación, y líbranos del mal.*

Líder: Dame fortaleza para enfrentar las luchas diarias y tomar buenas decisiones. Que el Espíritu Santo me ayude a crecer y me llene de paz.

Todos: *Amén.*

Concluyan rezando juntos la Señal de la Cruz.



Reflexionar

¿Cómo puedo ayudar a los demás para que reconozcan el Reino de Dios esta semana?

CAPÍTULO
14
Oración

Dar lo mejor de nosotros mismos

Jesús nos enseña cómo ser mejores personas a través de las Bienaventuranzas que aparecen en Mateo 5:3–10. Las Bienaventuranzas son ocho bendiciones llenas de significado, el cual puede no ser muy obvio sin examinarlas más a fondo. Cada Bienaventuranza menciona una manera de vivir como discípulo de Cristo y explica qué resultado podemos alcanzar si vivimos de esa manera. En este servicio de oración reflexionamos sobre las Bienaventuranzas y lo que significan para nosotros.

Las Bienaventuranzas

Líder: Juntos vamos a rezar en voz alta cada Bienaventuranza. Luego vamos a dedicar un momento para reflexionar sobre cómo vivir cada una de ellas en el mundo de hoy.

Bienaventurados los pobres de espíritu,

Todos: *porque de ellos es el Reino de los cielos.*

Líder: *Bienaventurados los que lloran,*

Todos: *porque ellos serán consolados.*

Líder: *Bienaventurados los mansos,*

Todos: *porque ellos poseerán la tierra.*

Líder: *Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia,*

Todos: *porque ellos serán saciados.*

Líder: *Bienaventurados los misericordiosos,*

Todos: *porque ellos alcanzarán misericordia.*

Líder: *Bienaventurados los limpios de corazón,*

Todos: *porque ellos verán a Dios.*

Líder: *Bienaventurados los que trabajan por la paz,*

Todos: *porque ellos serán llamados hijos de Dios.*

Líder: *Bienaventurados los perseguidos a causa de la justicia,*

Todos: *porque de ellos es el Reino de los cielos.*

Mateo 5:3–10

Concluyan rezando la Señal de la Cruz.

Líder: Las Bienaventuranzas son las pautas que nos da Jesús para la vida cristiana. Las Bienaventuranzas nos indican maneras de ayudar a los demás. Ahora vamos a dedicar un momento para meditar sobre la pregunta de la sección *Reflexionar*.

Reflexionar

¿Qué puedo hacer esta semana para vivir una de las Bienaventuranzas?

