



- 34. Pronuncien una oración de aceptación cuando su hijo muestre algún gesto que los incomode enormemente.
- 35. Oren por su hijo cuando esté enfrentando un desafío difícil (un examen, una fiesta donde no conoce a nadie, una visita a un parque o a un patio de recreo nuevo).
- 36. Bendigan en la frente a sus hijos cuando salgan de casa y cuando regresen.

37. Hagan una oración por la persona que los molesta contentamente llamándolos por teléfono. Oren también pidiendo para ustedes el don de la paciencia.

38. Pronuncien una oración para que Dios esté con ustedes y ustedes con Dios cuando sientan la necesidad de mantenerse firmes en lo que creen.

39. Reciten una oración cuando se sientan tentados a hacer alguna cosa que saben que no es correcta o que no conviene a su alma.

40. Oren pidiendo el auxilio divino cuando sientan que están a punto de perder el juicio y no sepan qué deberían hacer.



LOYOLA PRESS.
A JESUIT MINISTRY

3441 N. Ashland Avenue
Chicago, Illinois 60657
(800) 621-1008
www.loyolapress.com

Cuarenta formas en promover la oración en el hogar

Tomadas de *Educando hijos en la plenitud de la fe* de Tom McGrath



¿Qué quiso decir san Pablo cuando dijo: “Oren sin cesar”? ¿Deberíamos todos marcharnos a un monasterio o entrar en un convento? ¿O Se estaba quizás dirigiendo a aquellas personas que están siempre necesitadas de oraciones, como los seguidores de los Cachorros de Chicago, quienes llevan más de cien años sin ganar la liga de béisbol? Si nos fijamos cuidadosamente descubrimos que nuestra vida diaria nos ofrece una infinidad de oportunidades para orar sin cesar. A continuación le ofrezco cuarenta ideas que se me ocurrieron. Añada las suyas a la lista.

1. Enseñen a sus hijos algunas de las oraciones clásicas.
2. Oren antes de compartir los alimentos, bien sea con una oración formal o con una oración espontánea.
3. En lugar de decir una grosería, pronuncien una breve oración. Es mejor que sus hijos escuchen: “¡santo Dios!”, “¡Dios mío!” o “¡ay bendito!”, que una cosa diferente.
4. Oren espontáneamente con sus hijos a la hora de acostarse.
5. Recen el Padrenuestro siempre que comiencen un largo viaje en el carro.
6. Elaboren un altar durante el mes de mayo para honrar la memoria de la Virgen María. Decórenlo con flores.
7. Compren o escriban una oración o un verso de la Biblia hermosamente escrito y cuélguenlo en alguna de las paredes de la casa.
8. Conmemoren el aniversario del fallecimiento de algún ser querido y oren por él o ella.

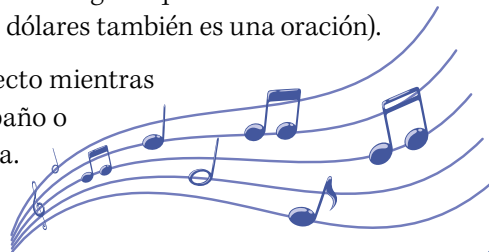


9. Tengan en la casa algún recipiente donde colocar oraciones o intenciones especiales escritas por ustedes.
10. Comiencen su día con un momento de oración en silencio o meditación; animen a sus hijos a que también lo hagan.

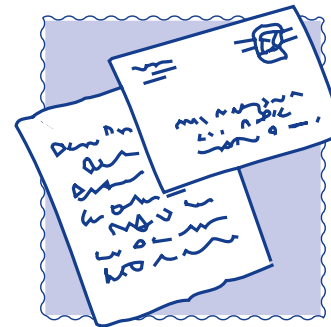


11. Visiten el cementerio y oren por sus familiares queridos que han fallecido.
12. Organicen turnos para que cada miembro de la familia ore por otro durante el día y a lo largo de la semana. Intercambien a los compañeros de oración cada semana.

13. Oren por el Presidente, los congresistas y senadores, el alcalde y otras autoridades civiles.
14. Oren por los líderes de la Iglesia, los sacerdotes de la parroquia y sus ministros.
15. Imiten a Dorothy Day, una santa mujer que dedicaba tiempo a orar por aquellos que estaban tan tristes que estaban a punto de suicidarse en ese momento.
16. Infórmense cuando algún miembro de la familia tenga algún encuentro o examen importante, y acuérdense de orar por él o ella en ese momento.
17. Conviertan en oración cada preocupación que perturbe sus pensamientos.
18. Oren por cada persona que sea fuente de resentimiento para ustedes.
19. Oren por la persona que en medio del tráfico les impidió el paso.
20. Oren por la persona que está siendo víctima de un rumor morboso (en lugar de seguir pasando el chisme).
21. Oren por las personas que no tienen hogar o que atraviesan un mal momento (regalarles uno o dos dólares también es una oración).
22. Canten el canto eclesial predilecto mientras conduzcan el carro, tomen el baño o hagan los quehaceres de la casa.



23. Oren mientras lean el periódico.
24. Oren por las personas necesitadas cuando escuchen la sirena de una ambulancia.
25. Oren por algún maestro que hayan tenido en la escuela y con el que están agradecidos.
26. Oren por algún maestro de sus hijos con el cual están agradecidos.
27. A la hora de comer den gracias por los campesinos que cultivaron los alimentos, los trabajadores (frecuentemente mal pagados) que los cosecharon y por quienes los procesaron, empacaron, transportaron y vendieron. Den gracias a Dios por el sol, la tierra y el agua que los hicieron posibles.
28. A la hora de acostarse oren por alguien que fue amable con ustedes ese día.
29. Visiten a algún miembro de la familia que esté en un asilo y oren por él.



30. Envíen una carta a un pariente lejano, diciéndole que se acuerdan de él o ella en sus oraciones.
31. Hagan una oración breve y sencilla al momento de recoger a sus hijos de algún lugar donde vivieron un momento agradable, como podría ser el decir: "Gracias Dios mío por toda la diversión que Beto tuvo en este día y por todos sus nuevos amigos".
32. Digan una breve oración de esperanza cuando despierten a su hijo para comenzar un nuevo día, como podría ser el decir: "Dios mío, ayúdame a usar el regalo de este día en plenitud".
33. Ofrezcan una oración cuando estén realizando una tarea desagradable.