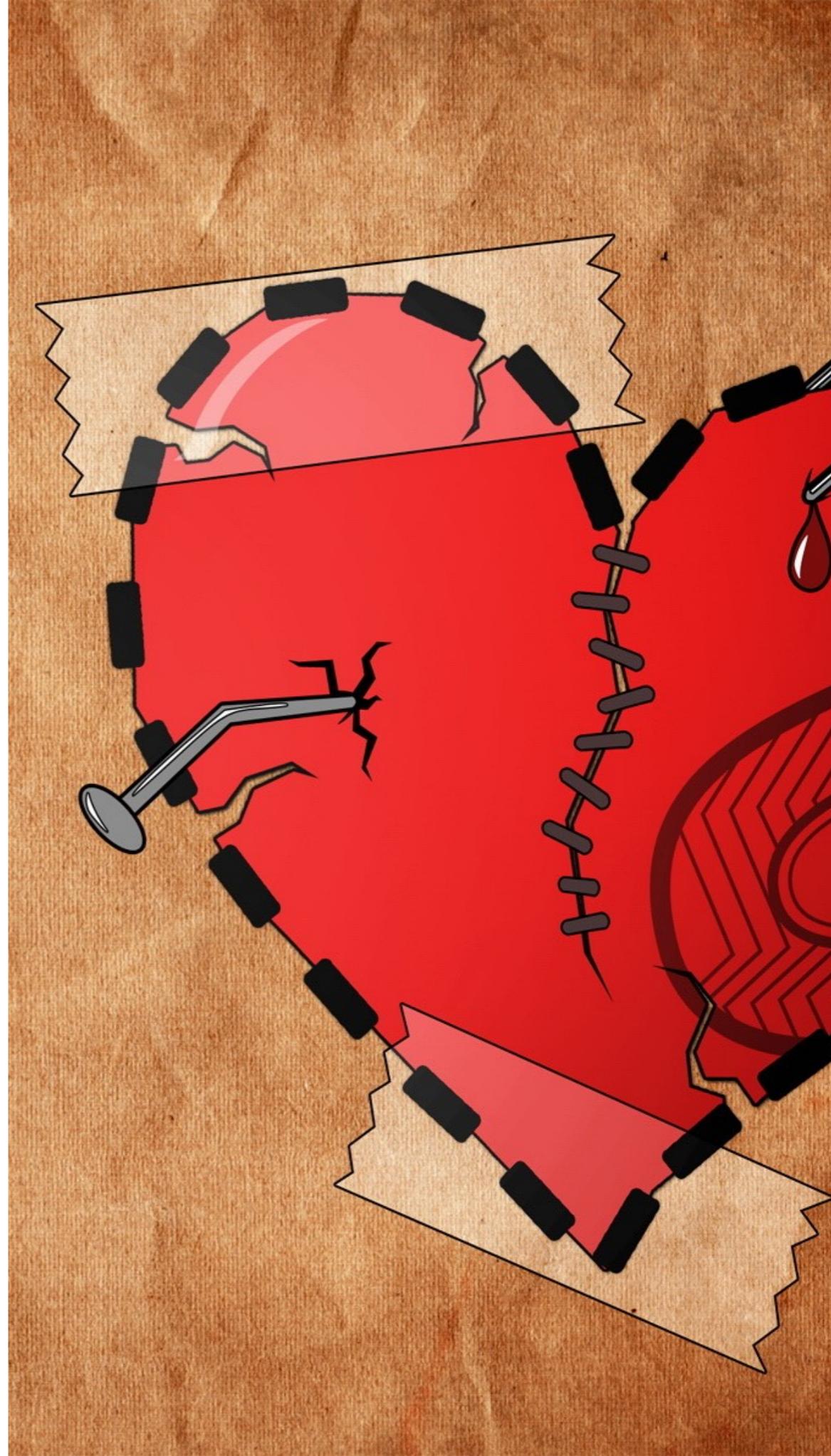


# LA ORACIÓN CRISTIANA

---

*Don de Dios que sale al  
encuentro del hombre*

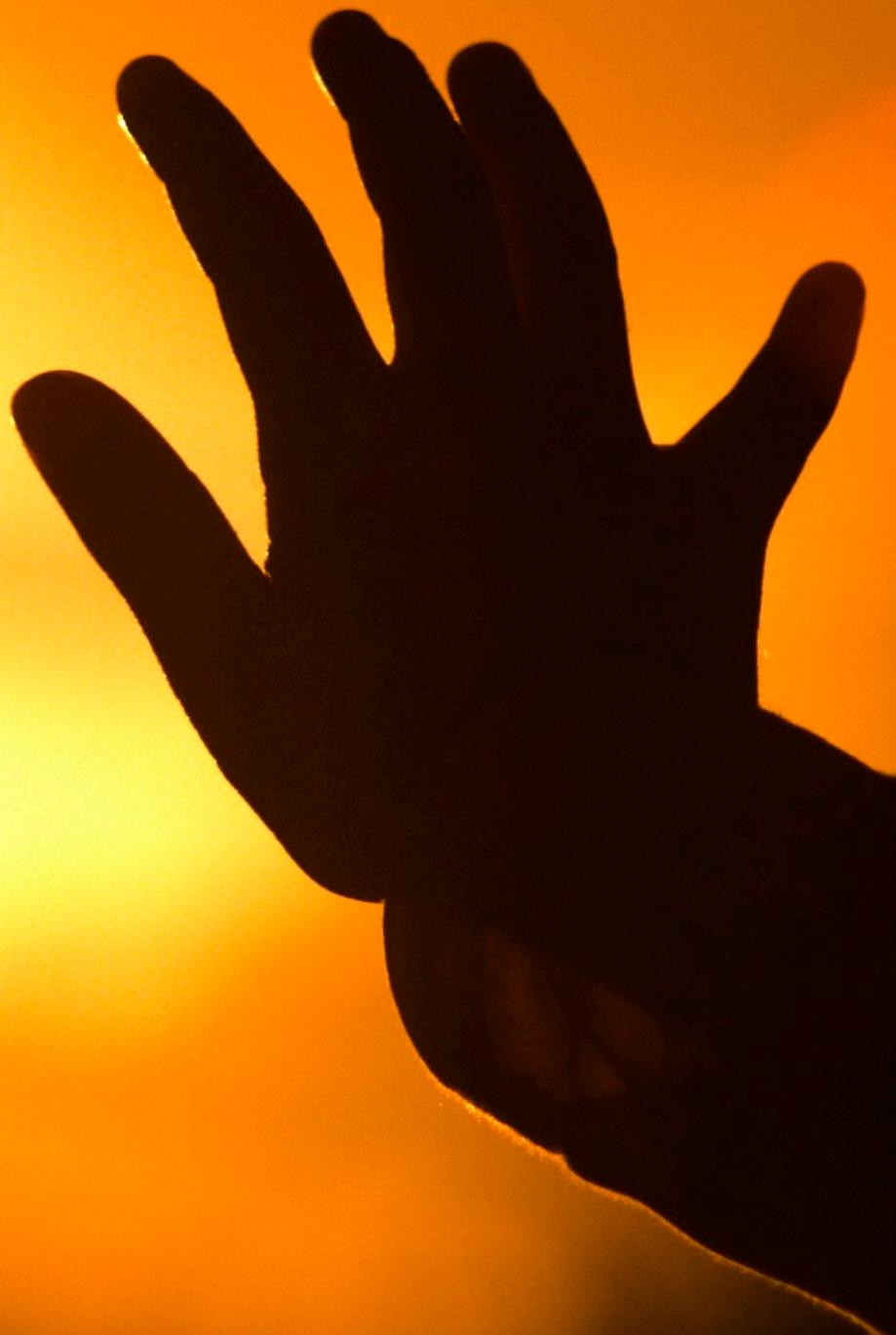


# NUESTRA VOCACIÓN UNIVERSAL

---

- Existe una vocación universal a la oración, porque Dios, por medio de la creación, llama a todo ser desde la nada; e incluso después de la caída, el hombre sigue siendo capaz de reconocer a su Creador, conservando el deseo de Aquel que le ha llamado a la existencia. Todas las religiones y, de modo particular, toda la historia de la salvación, dan testimonio de este deseo de Dios por parte del hombre; pero es Dios quien primero e incesantemente atrae a todos al encuentro misterioso de la oración.

*Compendio del Catecismo n° 535*





## ¿ES EFICAZ NUESTRA ORACIÓN?

.....

- Nuestra oración es eficaz porque está unida mediante la fe a la oración de Jesús. En Él la oración cristiana se convierte en comunión de amor con el Padre; podemos presentar nuestras peticiones a Dios y ser escuchados: «Pedid y recibiréis, para que vuestro gozo sea colmado» (Jn 16, 24).

*Compendio del Catecismo n° 545*

# LAS FORMAS DE ORACIÓN I

---

- Las formas esenciales de oración cristiana son la bendición y la adoración, la oración de petición y de intercesión, la acción de gracias y la alabanza. La Eucaristía contiene y expresa todas las formas de oración.
  - ❖ La bendición es la respuesta agradecida del hombre a los dones de Dios: nosotros bendecimos al Todopoderoso, quien primeramente nos bendice y colma con sus dones.
  - ❖ La adoración es la prosternación del hombre, que se reconoce criatura ante su Creador tres veces santo.
  - ❖ La oración de petición puede adoptar diversas formas: petición de perdón o también súplica humilde y confiada por todas nuestras necesidades espirituales y materiales; pero la primera realidad que debemos desear es la llegada del Reino de Dios.

# LAS FORMAS DE ORACIÓN II

---

- ❖ La intercesión consiste en pedir en favor de otro. Esta oración nos une y conforma con la oración de Jesús, que intercede ante el Padre por todos los hombres, en particular por los pecadores. La intercesión debe extenderse también a los enemigos.
- ❖ La Iglesia da gracias a Dios incesantemente, sobre todo cuando celebra la Eucaristía, en la cual Cristo hace partícipe a la Iglesia de su acción de gracias al Padre. Todo acontecimiento se convierte para el cristiano en motivo de acción de gracias.
- ❖ La alabanza es la forma de oración que, de manera más directa, reconoce que Dios es Dios; es totalmente desinteresada: canta a Dios por sí mismo y le da gloria por lo que Él es.



# LAS EXPRESIONES DE LA ORACIÓN I

---

- La oración vocal asocia el cuerpo a la oración interior del corazón; incluso quien practica la más interior de las oraciones no podría prescindir del todo en su vida cristiana de la oración vocal. En cualquier caso, ésta debe brotar siempre de una fe personal. Con el Padre nuestro, Jesús nos ha enseñado una fórmula perfecta de oración vocal.
- La meditación es una reflexión orante, que parte sobre todo de la Palabra de Dios en la Biblia; hace intervenir a la inteligencia, la imaginación, la emoción, el deseo, para profundizar nuestra fe, convertir el corazón y fortalecer la voluntad de seguir a Cristo; es una etapa preliminar hacia la unión de amor con el Señor.

# LAS EXPRESIONES DE LA ORACIÓN II

---

- La oración contemplativa es una mirada sencilla a Dios en el silencio y el amor. Es un don de Dios, un momento de fe pura, durante el cual el que ora busca a Cristo, se entrega a la voluntad amorosa del Padre y recoge su ser bajo la acción del Espíritu. Santa Teresa de Jesús la define como una íntima relación de amistad: «estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos que nos ama».



## NO TENGO TIEMPO PARA ORAR

.....

- Además de los conceptos erróneos sobre la oración, muchos piensan que no tienen tiempo para orar o que es inútil orar. Quienes oran pueden desalentarse frente a las dificultades o los aparentes fracasos. Para vencer estos obstáculos son necesarias la humildad, la confianza y la perseverancia.

*Compendio del Catecismo n° 573*



## LAS DIFICULTADES DE LA ORACIÓN

.....

- La dificultad habitual para la oración es la distracción, que separa de la atención a Dios, y puede incluso descubrir aquello a lo que realmente estamos apegados. Nuestro corazón debe entonces volverse a Dios con humildad. A menudo la oración se ve dificultada por la sequedad, cuya superación permite adherirse en la fe al Señor incluso sin consuelo sensible. La acedia es una forma de pereza espiritual, debida al relajamiento de la vigilancia y al descuido de la custodia del corazón.

*Compendio del Catecismo nº 574*



*Alejo Sison Video*  


# ES POSIBLE ORAR EN TODO MOMENTO

---

Orar es siempre posible, pues el tiempo del cristiano es el tiempo de Cristo resucitado, que está con nosotros «todos los días» (Mt 28, 20). Oración y vida cristiana son, por ello, inseparables.

*«Es posible, incluso en el mercado o en un paseo solitario, hacer una frecuente y fervorosa oración. Sentados en vuestra tienda, comprando o vendiendo, o incluso haciendo la cocina»*

(San Juan Crisóstomo).

*Compendio del Catecismo 576*

# LA ORACIÓN DEL PADRENUESTRO (578-598)

---

- El Padre nuestro es «el resumen de todo el Evangelio» (Tertuliano); «es la más perfecta de todas las oraciones» (Santo Tomás de Aquino). Situado en el centro del Sermón de la Montaña (Mt 5-7), recoge en forma de oración el contenido esencial del Evangelio.
- Al Padre nuestro se le llama «Oración dominical», es decir «la oración del Señor», porque nos la enseñó el mismo Jesús, nuestro Señor.
- Oración por excelencia de la Iglesia, el Padre nuestro es «entregado» en el Bautismo, para manifestar el nacimiento nuevo a la vida divina de los hijos de Dios. La Eucaristía revela el sentido pleno del Padre nuestro, puesto que sus peticiones, fundándose en el misterio de la salvación ya realizado, serán plenamente atendidas con la Segunda venida del Señor. El Padre nuestro es parte integrante de la Liturgia de las Horas.



# LAS TIC Y LA ORACIÓN

---

- Rezando Voy
- Salterio
- Rezar en el metro
- YouCat Daily
- ...



## NUEVA ERA

---

- Cuidado con las espiritualidades orientales que tratan de ganar terreno a la oración:
  - ❖ Meditación trascendental
  - ❖ Zen
  - ❖ Yoga
  - ❖ Mindfulness
- No favorecen una relación personal con un Dios que nos ama, sino fundirnos en la trascendencia impersonal.