Descargar en PDF (incluye imágenes)

A veces no nos damos cuenta de lo importante que es rezar u orar.
Queremos sentir a Dios muy cerca, dicen que así es más fácil ser bueno, es más fácil vivir sereno, contento, confiado. Sin embargo, la verdad no sabemos bien ¿Qué es orar? ¿Cómo se ora? ¿Para qué se ora?. En este folleto te contaremos muchas cosas sobre la oración.

¿ QUÉ ES LA ORACIÓN ?

– La ORACIÓN es elevar el alma a Dios.
– Orar es platicar con Dios.

LA VIDA DE ORACIÓN

– La vida de oración es estar siempre en presencia de Dios. ¿Qué significa esto ?
– Significa que **ORAR**, es estar convencido que Dios está contigo y que te está mirando,hagas
lo que hagas (trabajar, descansar, estar en familia, comer, sufrir, divertirte...).
Tú puedes desde tu corazón platicarle lo que sientes en cada momento. El te escucha.

¿ Y QUÉ LE DIGO A DIOS ?

– Hay 5 formas en las que tú puedes orar o platicar con Dios Nuestro Señor :

1) ADORACIÓN Y ALABANZA

– Cuando le dices a Dios que te das cuenta de que El te creó, y le dices que lo adoras, que lo respetas y lo amas sobre todas las cosas porque es tu Dios.

2) PETICIÓN

– Cuando pides a Dios algo que necesitas o que te gustaría que te diera. ¿Y qué puedes pedir ?
a) Puedes pedir ¨ cosas espirituales ¨ como por ejemplo que te ayude a vencer un defecto, que te ayude a acercarte más a Él, que te ayude a rezar mejor ...
b) Puedes pedir ¨cosas materiales ¨ como por ejemplo que te ayude a encontrar un trabajo, a juntar para pagar esa deuda, a curarte de esa enfermedad...
c) Puedes pedir perdón, cuando has pecado. Dile a Dios que te sientes mal, que te duele haberlo ofendido a El que es tan bueno contigo.**3) INTERCESIÓN**
– Cuando le pides a Dios algo no para ti, sino a favor de otro, quienquiera que sea.
– Pide, pide mucho a Dios por otros: por tu esposo/a , por tus hijos, por tu familia, por los enfermos, por los que sufren, por los que viven alejados de Dios, por el Papa, por la Iglesia, por México... No te canses de pedir por otros.
– Imagínate cuanto bien puedes hacer tú solo, si a diario rezas a Dios por todas estas personas.

– Esto se llama **APOSTOLADO DE LA ORACIÓN** y es por ejemplo, si tú no puedes ir a un hospital a curar o consolar a los enfermos, pero si pides a Dios por ellos, es como si realmente fueras; tal vez tú no puedes convencer a tu compadre de que deje el mal camino, pero si rezas por él, Dios te escuchará y lo ayudará a alejarse del mal.
– A Dios le gustan mucho los corazones generosos que se olvidan de sí mismos para pedir por otros.

4) ACCIÓN DE GRACIAS

– Cuando le dices a Dios ¨Gracias¨ por algo.
– Dale gracias a Dios porque te ama, porque te ha creado, por permitirte vivir otro día, por el sol que te ilumina y te calienta, por la lluvia que humedece tu cosecha, por el amor de tu familia, por el trabajo que te permite llevar alimento a los tuyos, por la salud, por la alegría, por la paz.
– Dale también gracias por la enfermedad, por la tristeza, por esa prueba que te ha costado pero que te ha acercado a Él, por ese negocio que no te salió bien.
– Dale gracias por ser tan bueno y perdonarte una y otra vez tus mismas ofensas.

5) OFRECIMIENTO
– También puedes decirle a Dios que le ofreces algo que te cuesta trabajo como regalo para Él porque lo amas.
– Ofrécele no volver a hacer lo que sabes que le ofende; ofrécele hacer ese sacrificio que tanto te cuesta pero que a Él le gustaría que hicieras.
– El ofrecer estos pequeños regalos a Dios, muchas veces es el modo más bello de decirle: ¨Señor, yo te amo¨ con obras y no sólo con la boca.**¿ Y CÓMO ESCUCHO A DIOS ?**
– La **BIBLIA** es la Escritura Sagrada, es el libro donde está escrito lo que Dios ha querido decir a los hombres a lo largo de miles de años.

Está escrita también la vida de Jesús y todo lo que Él quiso enseñarnos.
– Orar es platicar con Dios: ¨ *A Dios hablamos cuando oramos, a Dios escuchamos cuando leemos sus palabras* ¨.
– Si tienes una Biblia, trata todas las noches de leer un pedacito para escuchar a Dios. Si no tienes una Biblia en tu casa, haz un esfuerzo por conseguir una; pregúntale al padre donde puedes encontrarla.**¿ CÓMO ORABA JESÚS ?**
Es de Jesús de quien podemos aprender ¨cómo orar¨. Él es el modelo perfecto.1) Jesús, con su corazón de hombre, aprendió a orar de su Madre: la Virgen María.
Aquí vemos que el padre y la madre son los que deben enseñar a sus hijos a orar, a platicar con Dios desde pequeños. Enseñar a orar es más importante que muchas otras cosas, pues orar les servirá toda la vida, en su camino a la salvación.
2) Jesús ora antes de los momentos importantes de su vida: antes de su bautismo antes de escoger a sus apóstoles, antes de su pasión.
Tú debes orar cuando haces las cosas de todos los días, pero más aún antes de empezar algo que es importante para ti.
3) Jesús se retira al silencio, le gusta estar solo para orar.
Así tú también, cuando quieras orar, no trates de hacerlo en el ruido, pensando o haciendo otras cosas; busca un momento tú solo y en el silencio. ¿ Por qué no pasas un momentito a la Iglesia ?
4) Jesús dice: ¨si puedes Padre, aparta esto de mi, pero hágase tu voluntad y no la mía ¨. Tú puedes pedir lo que quieras a Dios (que te ayude a conseguir un bien, o que aparte de ti un mal), pero al final siempre debes decirle que se haga su voluntad y no la tuya.

5) Jesús ora con confianza de ser escuchado. Tú, cuando ores, confía en que Dios de verdad te escucha y te dará lo que sea bueno para ti.**EL PADRE NUESTRO**
– Un día sus apóstoles le dijeron a Jesús:
¡Señor: Enséñanos a orar! Entonces, Él les contestó: ¨Cuando oren digan :
Padre Nuestro que estás en el cielo, santificado sea tu nombre, venga a nosotros tu reino. Hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo, danos hoy nuestro pan de cada día. Perdona nuestras ofensas como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden, no nos de -jes caer en tentación y líbranos del mal.¨
– Esta es la oración que más gusta a Dios. Apréndetela y rézala todos los días.

PROPÓSITO DE MES:
– Este mes reza, platica con Dios un momentito todas las mañanas y todas las noches. Si puedes, pon un altarcito, un lugar especial en tu casa para orar; con tu cruciifijo, una Virgen, unas flores, una veladora, una Biblia...
– Trata de vivir todo tu día pensando que Dios está junto a ti, que te ve y te escucha siempre.