



# LA ORACIÓN MATRIMONIAL

## II - TEMA 3

**Objetivo:**



## I. Para preparar el encuentro

**Tema:** La oración.

**Objetivo:** .

- **Introducción**

Dios está siempre a nuestro lado y nos acompaña en cada paso del camino, en nuestra vida cotidiana, con todos sus desafíos y también momentos de alegría. La oración y la fe nos ayudan a mantenernos conectados con Él y a encontrar paz y guía en nuestras vidas. En este texto, exploraremos cuatro aspectos fundamentales de nuestra relación con Dios: cómo nos acompaña en la vida diaria, la importancia de la oración en familia, cómo es nuestra oración personal y cómo vivir los tiempos litúrgicos.

- **Dios nos acompaña en la vida diaria**

La vida familiar está llena de momentos cotidianos que, si se miran con ojos de fe, revelan la presencia constante de Dios. Desde el desayuno compartido hasta las decisiones importantes, Él camina con nosotros.

Piensa en tu hogar como una casa con luces encendidas en cada habitación. Cada luz representa una presencia de Dios: en la cocina, en el salón, en el cuarto de los niños... Dios está en todo, incluso en lo que parece pequeño y necesitamos esa luz encendida para poder movernos con seguridad cogidos de su mano.

- **Imagen o metáfora central**

Imaginemos que nuestra vida es un viaje en barco. A veces, el mar está en calma y el sol brilla, pero en otras ocasiones, enfrentamos tormentas y olas gigantes. En este viaje, Dios es nuestro faro que nos guía a buen puerto, conduciéndonos y dándonos esperanza incluso en los momentos más oscuros.

- **Cierre del encuentro**

Nuestra relación con Dios es una parte fundamental de nuestra vida diaria. A través de la oración, tanto personal como en familia, y al vivir los tiempos litúrgicos, podemos fortalecer nuestra fe y encontrar paz y guía en cada momento. Recordemos siempre que Dios nos acompaña en nuestro viaje, guiándonos y ofreciéndonos su amor incondicional.



## 2. La oración

### • Introducción

Dios está presente en cada aspecto de nuestra vida diaria. Desde las decisiones más pequeñas hasta los grandes desafíos, Él nos acompaña y nos ofrece su amor y guía. A veces, es fácil olvidar su presencia cuando estamos ocupados con nuestras responsabilidades y preocupaciones. Sin embargo, es en esos momentos cuando más necesitamos recordar que no estamos solos. Él es un Padre bueno que nos quiere y nos cuida y nosotros debemos aspirar a ser como niños confiados que se saben desvalidos y que necesitan de Él. Saber aceptar nuestro desvalimiento, que no somos capaces de hacer todo por nosotros mismos, nos libera. Cuando admites que no depende todo sólo de ti, te sientes más seguro.

La oración es una forma poderosa de mantenernos conectados con Dios. Al dedicar unos minutos cada día para hablar con Él, podemos encontrar consuelo y dirección. Podemos agradecerle por las bendiciones que recibimos y pedirle ayuda en nuestras dificultades.

Dios nos acompaña y nos habla en nuestra vida. Por eso, es importante acordarnos de Él a lo largo del día:

- Oración de la mañana
- Angelus
- Misa
- Bendecir la mesa
- Oración de la noche
- en cualquier momento y por diferentes medios. Por ejemplo, la tecnología también nos puede ayudar con diversas apps (ej. 10 minutos con Jesús, palabra de vida...)

Como esta reunión es sobre la oración, queremos aprovechar para rezar por lo que Dios nos ha dado:

*"Señor, gracias por el amor que nos has regalado y por nuestra familia."*

*"Ayúdanos a estar siempre atentos al otro, a verlo siempre con tus ojos. Que sepamos compartir nuestras alegrías en los momentos de felicidad y ser consuelo para el otro en los momentos de tristeza."*

*"Señor, nos has llamado para fundar juntos este hogar; danos la gracia de guiarlo con tu amor para que sea cálido, acogedor y abierto a los demás.. Enséñanos a progresar juntos bajo tu mirada, a hacer tu voluntad cada día de nuestras vidas, a presentarte nuestros proyectos, a pedirte ayuda, a ofrecerte nuestras alegrías y nuestras penas, a conducir hacia ti a los hijos que nos has confiado para que nunca se separen de Ti."*

*Señor, Tú nos pensaste desde la eternidad el uno para el otro, te pedimos que nos acompañes en nuestro camino de vida. Amén."*



Preguntas para reflexionar:

1. ¿En qué momentos del día siento más la presencia de Dios?
2. ¿Cómo puedo incorporar la oración en mi rutina diaria?
3. ¿Qué cosas le quiero agradecer y pedir a Dios?

- **La familia que reza unida permanece unida**

La oración en familia fortalece los lazos entre sus miembros y nos ayuda a crecer juntos en la fe. Al rezar juntos, compartimos nuestras alegrías y preocupaciones, y nos apoyamos mutuamente en los momentos difíciles. La oración nos recuerda que Dios es el centro de nuestra vida familiar y que, con su ayuda, podemos superar cualquier obstáculo.

Por eso, queremos acercar Dios a nuestro hogar.

Hemos comprobado que la familia que reza unida, permanece unida. Aspiramos a que nuestra casa sea un lugar de oración, donde compartir y entregar nuestro esfuerzo por ser mejores. Queremos construir un hogar acogedor, donde se respete la originalidad de cada uno.

Es bueno buscar un pequeño rincón en la casa, donde rezar juntos, ofrecer el día y por la noche compartir lo que hemos vivido con Dios y entre nosotros. En la oración de la noche ayuda leer el Evangelio del día, rezar alguna oración vocal y hacer una triple oración que nos permita compartir lo que hemos vivido:

- Dar gracias por lo que cada uno ha recibido hoy
- Pedir perdón por las cosas que no hemos hecho bien
- Pedir a Dios aquello que necesitamos.

Esta triple oración aumenta la unión, acerca a nuestros hijos a Dios e incrementa la comunicación entre los miembros de la familia.

Como en las bodas de Canán, pedimos ayuda a la Virgen María, porque Ella es nuestra Madre e intercede ante su Hijo Jesús por nosotros. También pedimos a María que nos eduque y nos comprometemos a esforzarnos por ser mejores.

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Cómo podemos hacer de la oración en familia una práctica regular?
  2. ¿Qué beneficios hemos experimentado al rezar juntos como familia?
  3. ¿Cómo podemos apoyar a otros miembros de nuestra familia en su vida de oración?
- **Cómo es mi oración**



Mi oración tiene que ser una conversación con un amigo cercano. No necesita ser formal ni complicada; lo importante es ser sincero y abrir nuestro corazón.

Cada persona tiene una forma única de orar. Algunos prefieren rezar en silencio, mientras que otros encuentran consuelo en las oraciones escritas o en la música. Lo más importante es encontrar una manera de orar que nos permita sentirnos conectados con Dios.

La oración no siempre tiene que ser una petición. También podemos usarla para agradecer, alabar y reflexionar sobre nuestras vidas. Al hacerlo, fortalecemos nuestra relación con Dios y encontramos paz y claridad.

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Qué tipo de oración me hace sentir más conectado con Dios?
2. ¿Cómo puedo hacer de la oración una parte más significativa de mi vida?
3. ¿Qué cambios he notado en mi vida desde que empecé a orar regularmente?