



## La Oración: Un Valor en Nuestra Vida Diaria

Oración y Bienvenida.

### I. Introducción. (Leer Textual)

Esta noche continuamos nuestra reflexión de como estamos viviendo las cinco herramientas que se nos presentaron en nuestro FDS para hacer de nuestra relación una prioridad. La semana pasada reflexionamos sobre como está nuestra relación sexual, esta semana exploraremos en donde estamos en nuestra oración personal como pareja y en familia.

### II. La Tercera Herramienta: La Oración. (Leer Textual)

La oración de Jesús es un encuentro de intimidad con el Padre. Cuando Jesús ora se dirige a Dios llamándole Padre. También utilizaba la palabra Abba que significa Papa y era una manera sencilla que utilizaban los niños para dirigirse a su padre. Jesús conoce la Escritura y ora con ella. Tanto en el relato de la tentación en el desierto, como en la cruz, Jesús hace referencia a textos de la Escritura. Jesús ora en los momentos difíciles. Cuando se enfrenta a decisiones, cuando debe discernir cual es la voluntad de Dios. La oración es su encuentro con la voluntad de Dios. Jesús da gracias al Padre. Reconoce la gratitud del amor de Dios y lo alaba. La oración de Jesús contagia, despierta interés, anima a los demás. Los discípulos quieren aprender a orar como Él y le piden que les enseñe.

### III Tu vida de oración (El y Ella 2 min. c/u.)

Comparte como te diriges a Dios en tu oración. ¿Oras con entendimiento o es como una letanía, esperando el momento en que se termine? ¿Te concentras en lo que dices o esta tu mente en otra cosa? ¿Con que actitud oras? ¿Exigiendo, reprochando, cuestionando, pidiendo? ¿Quizás oras agradeciendo, bendiciendo, alabando? Es tu oración egoísta, o sea enfocada solamente en ti o quizás cuando oras tienes presentes a tus seres queridos. Comparte como oras desde que te levantas, al comer, al irte a la cama en la noche, etc. oras todos los días o solo cuando te acuerdas o cuando tienes dificultades.

### IV. La vida de oración de pareja (El y Ella 2 min. c/u.)

¿Has tenido la oportunidad de orar en pareja? Si ha sido así, describe como fueron estos momentos, ¿cómo se encontraban físicamente (quizás tomados de las manos, arrodillados, etc.)? ¿Cuáles fueron los sentimientos más fuertes que experimentaste

en esos momentos? ¿Cómo veías a tu pareja en ese momento? Con más amor, etc. Comparte si han orado juntos al enfrentarse en dificultades en las que necesitaban discernir, o en momentos de alegría, o en momentos en los que han necesitado sabiduría, y que experimentaron en su relación.

#### V. La vida de oración en familia (El y Ella 2 min. c/u.)

A. Comparte como viven el valor de la oración en familia. ¿Cuándo oran? ¿Quizás siempre, no importando como estén emocionalmente o lo hacen de vez en cuando? Comparte los momentos en que oran como familia. Por ejemplo: al dar gracias por los alimentos, al acostarse, al levantarse, al emprender un viaje, en caso de enfermedad, etc. Oras cuando Dios te ha bendecido con abundancia, felicidad, satisfacciones diarias, etc.

B. Puede ser que tu vida de oración personal y de pareja o de familia no sea tan activa, si este es el caso comparte que barreras necesitas superar para mejorar tu oración diaria.

#### VI. Reflexión Personal (5 min.)

¿Cómo está mi vida de oración en estos momentos?

#### VII. Resultados de la oración (El y Ella 2 min. c/u.)

Comparte un momento específico de tu vida en que la oración fue el único consuelo que encontraste y que el poder hablar con Dios te dio la paz y la fortaleza que necesitabas. Comparte como Dios respondió a tu oración? Quizás su respuesta fue indirectamente de darte la fortaleza, o al proveerte los medios para superar tu problema. No te prueba esto que Dios si escucha? Que experimentaste al darte cuenta que con la oración te preparas a estar dispuesto a aceptar la voluntad de Dios.

#### VIII. Diálogo 10 + 10:

¿Cuál es la barrera más grande que tengo para poder orar como pareja?

¿CMSADMR?

#### IX. Compartir Abierto:

¿Qué necesito hacer concretamente para dedicar tiempo a la oración?