



# *ESCUELA DE VERANO 2024*

*La catequesis, escuela  
de oración*

*Peralta de la Sal*

*Manuel M<sup>a</sup> Bru Alonso*

*(Delegado Episcopal Catequesis*

*Archidiócesis de Madrid)*

# La catequesis, escuela de oración

- 1/ Entre las tareas de la catequesis está la de ser escuela de oración (DC,79)
- 2/ Entre los contenidos formativos de la catequesis esta la oración del cristiano y de la Iglesia (DC,144,189)
- 3/ Iniciación en la oración, aspecto fundamental de la iniciación cristiana y de la catequesis mistagógica (DC,82,113b)
- 4/ Enseñar a orar, orando (DC,86,87)
- 5/ Catequesis escuela de oración en la perspectiva de la inculturación de la fe (DC,328,394)
- 6/ Ámbitos específicos de la catequesis como escuela de oración: catequesis en familia (DC,227), catequesis con jóvenes (DC,251), y catequesis con personas con discapacidad (DC,272)
- 7/ Así fue la catequesis de Jesús (DC,160)



**EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:**



# La catequesis, escuela de oración



## 1/ Entre las tareas de la catequesis está la de ser escuela de oración (DC,79)

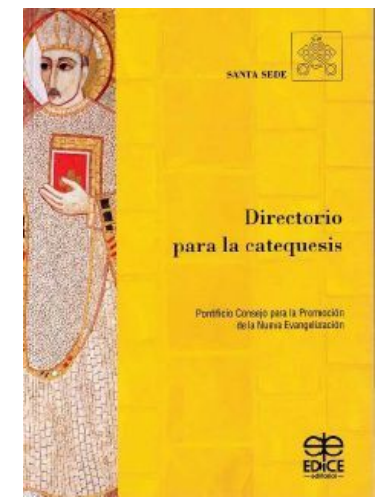
➤ “Para lograr su finalidad, la catequesis desarrolla diversas tareas, interconectadas entre sí, que **se inspiran en el modo en que Jesús formó a sus discípulos:**

- les daba a conocer los misterios del Reino,
- **les enseñaba a orar,**
- les proponía las actitudes evangélicas,
- los iniciaba en la vida de comunión con Él y entre ellos y en la misión.

➤ Esta pedagogía de Jesús modeló después la vida de la comunidad cristiana: “perseveraban en la enseñanza de los apóstoles, en la comunión, en la fracción del pan **y en las oraciones**” (Hch 2, 42).

➤ La fe, de hecho, exige ser conocida, celebrada, vivida **y rezada**. Así pues, para formar en una vida cristiana integral, la catequesis desarrolla las **siguientes tareas:**

- conduce al conocimiento de la fe,
- inicia en la celebración del Misterio,
- forma para la vida en Cristo,
- **enseña a orar**
- e introduce en la vida comunitaria”.



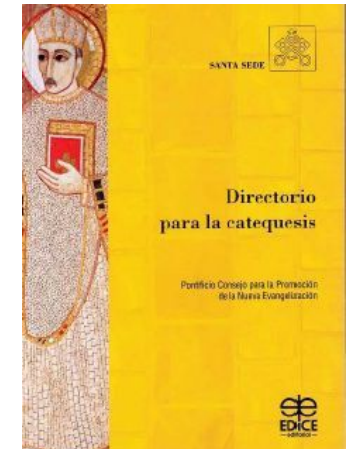
# La catequesis, escuela de oración



**2/1 Entre los contenidos formativos de la catequesis esta la oración del cristiano y de la Iglesia (DC,144)**

“El catequista necesita conocer:

- las grandes etapas de la Historia de la salvación: Antiguo Testamento, Nuevo Testamento e Historia de la Iglesia, a la luz del Misterio pascual de Jesucristo;
- los núcleos esenciales del mensaje y de la experiencia cristiana: el Símbolo de la fe, la liturgia y los sacramentos, la vida moral **y la oración;**
- los principales elementos del **Magisterio de la Iglesia respecto al anuncio del Evangelio y de la catequesis.**



*Además, en algunas partes del mundo, donde conviven católicos de diferentes tradiciones eclesiales, los catequistas deben tener un conocimiento general de la teología, la liturgia y la disciplina sacramental de sus hermanos. Por último, en los contextos ecuménicos y en los del pluralismo religioso, hay que procurar que los catequistas conozcan los elementos esenciales de la vida y de la teología de las demás Iglesias y comunidades cristianas y de las otras religiones, para que, respetando la identidad de cada una, el diálogo sea auténtico y fecundo”.*

# La catequesis, escuela de oración

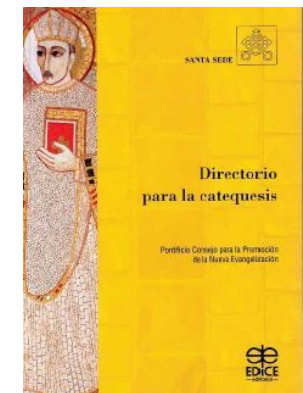
2/2 Entre los contenidos formativos de la catequesis esta la oración del cristiano y de la Iglesia (DC,189)

“El Catecismo está dividido en cuatro partes que giran en torno a las dimensiones fundamentales de la vida cristiana, que tienen su origen y fundamento en el relato de los Hechos de los Apóstoles: «perseveraban en la enseñanza de los apóstoles, en la comunión, en la fracción del pan y en las oraciones» (Hch 2, 42)100.

En función de estas dimensiones se articuló la experiencia del catecumenado de la Iglesia antigua y luego se estructuró la presentación de la fe en los diversos catecismos a lo largo de la historia, aunque con diferentes énfasis y modalidades. Estas son:

- la profesión de fe (el Símbolo),
- la liturgia (los sacramentos de la fe),
- la vida del discípulo (los mandamientos),
- la oración cristiana (el padrenuestro).

Estas dimensiones son los pilares de la catequesis y el paradigma para la formación en la vida cristiana. De hecho, la catequesis abre a la fe en el Dios Uno y Trino y a su plan de salvación; educa para la acción litúrgica e inicia a la vida sacramental de la Iglesia; respalda la respuesta de los creyentes a la gracia de Dios; e introduce en la práctica de la oración cristiana”.



# La catequesis, escuela de oración

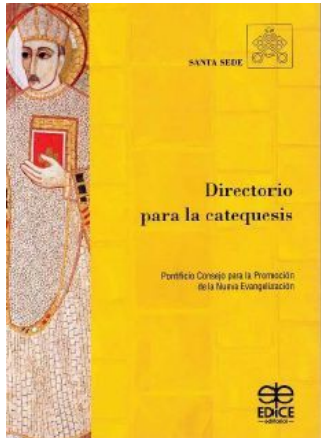


3/1 Iniciación en la oración, aspecto fundamental de la **iniciación cristiana** y de la catequesis mistagógica (DC,82)

➤ **“Damos por hecho que estamos hablando de catequesis de iniciación cristiana...**

“La catequesis **educa también en las actitudes que exigen las celebraciones de la Iglesia:**

- alegría por el carácter festivo de las celebraciones,
- sentido de comunidad,
- escucha atenta de la Palabra de Dios,
- **oración confiada,**
- **alabanza y acción de gracias,**
- sensibilidad hacia los símbolos y signos.

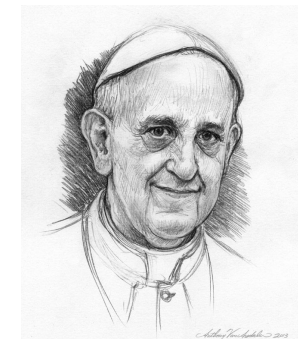


Por medio de la participación consciente y activa en las **celebraciones litúrgicas**, la catequesis educa en la comprensión del **año litúrgico**, verdadero maestro de la fe, y del significado del **domingo**, día del Señor y de la comunidad cristiana. De igual modo, la catequesis ayuda a valorar las expresiones de fe de la **piEDAD popular**”.

# La catequesis, escuela de oración

## 3/2 Iniciación en la oración, aspecto fundamental de la iniciación cristiana y de la **catequesis mistagógica** (DC,113b)

- ❖ “Otra característica de la catequesis, que se ha desarrollado en las últimas décadas, es la de una iniciación *mistagógica*, que significa básicamente dos cosas: la necesaria progresividad de la experiencia formativa donde interviene toda la comunidad y una renovada valoración de los signos litúrgicos de la iniciación cristiana” (Francisco, *Evangelii Gaudium*, 166).
- ❖ “*El catequista es maestro y mistagogo que introduce en el misterio de Dios, revelado en la Pascua de Cristo. Como icono de Jesús Maestro, el catequista tiene la doble tarea de transmitir el contenido de la fe y de conducir al misterio de la misma. El catequista está llamado a abrir a la verdad sobre el hombre y sobre su vocación última, comunicando el conocimiento de Cristo; y, al mismo tiempo, introducir en las diversas dimensiones de la vida cristiana, desvelando los misterios de la salvación contenidos en el depósito de la fe y actualizados en la liturgia de la Iglesia*”.
- *Al llevar de la mano al misterio de Dios el catequista-mistagogo, lo hace sobre todo rezando con el catecúmeno o catequizando, y celebrando con él los “misterios” (sacramentos) de la fe. De ese modo la catequesis es oracional, pero en clave mistagógica.*

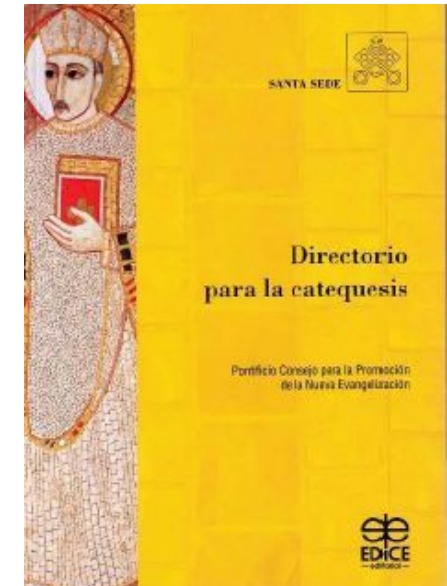


# La catequesis, escuela de oración



## 4/1 Enseñar a orar, orando (DC,86)

“La oración es ante todo un don de Dios. De hecho, en cada bautizado *el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos inefables (Rom 8, 26)*. **La catequesis tiene la tarea de educar a la oración y por la oración**, desarrollando la dimensión contemplativa de la experiencia cristiana. Es necesario educar para orar con Jesucristo y como él: **Aprender a orar con Jesús es orar con los mismos sentimientos con que se dirigía al Padre: adoración, alabanza, acción de gracias, confianza filial, súplica, admiración por su gloria. Estos sentimientos quedan reflejados en el padrenuestro, la oración que Jesús enseñó a sus discípulos y que es modelo de toda oración cristiana. (...) Cuando la catequesis está penetrada por un clima de oración, el aprendizaje de la vida cristiana cobra toda su profundidad (DGC, n. 85)**”.





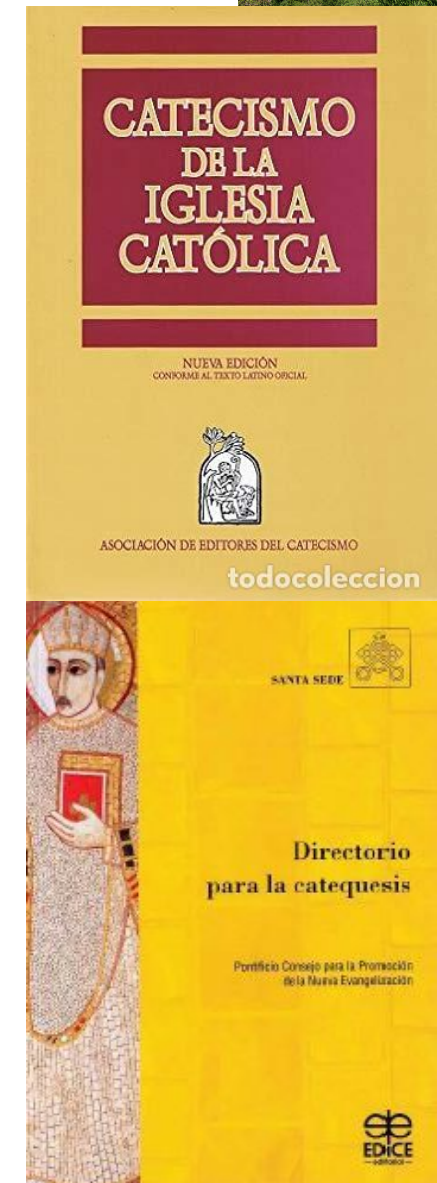
# La catequesis, escuela de oración

## 4/2 Enseñar a orar, orando (DC,87)

“Esta tarea implica la educación tanto en la oración personal como en la litúrgica y comunitaria, iniciando en las formas permanentes de oración: la bendición y la adoración, la petición, la intercesión, la acción de gracias y la alabanza (cf. CCE, nn. 2626-2649). Para lograr estos fines hay algunos medios consolidados:

la lectura orante de la Sagrada Escritura, especialmente a través de la liturgia de las horas y de la lectio divina,  
la oración del corazón llamada oración de Jesús,  
la veneración de la santísima Virgen María a través de prácticas de piedad como el santo rosario, las súplicas, las procesiones, etc.”

➤ *También está aportando a la dimensión oracional de la catequesis, en clave tanto kerigmática como mistagógica, la experiencia de los oratorios.*



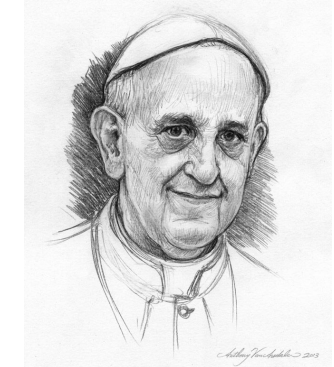
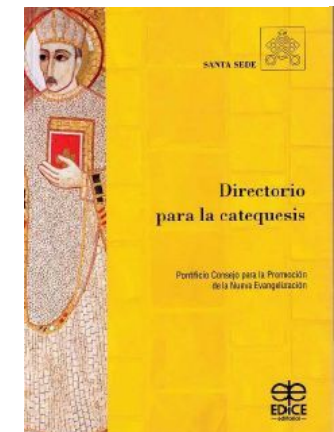
# La catequesis, escuela de oración

## 5/1 Catequesis escuela de oración en la perspectiva de la inculturación de la fe (DC,394)

*“Las Iglesias particulares profundamente amalgamadas, no solo con las personas, sino también con las aspiraciones, las riquezas y límites, **las maneras de orar**, de amar, de considerar la vida y el mundo que distinguen a tal o cual conjunto humano, **tienen la función de asimilar lo esencial del mensaje evangélico, de trasvasarlo, sin la menor traición a su verdad esencial, al lenguaje que esos hombres comprenden, y, después de anunciarlo en ese mismo lenguaje** (Evangelii Nuntiandi, 63).*

### ➤ **Inculturar la oración, e inculturar el lenguaje de la oración**

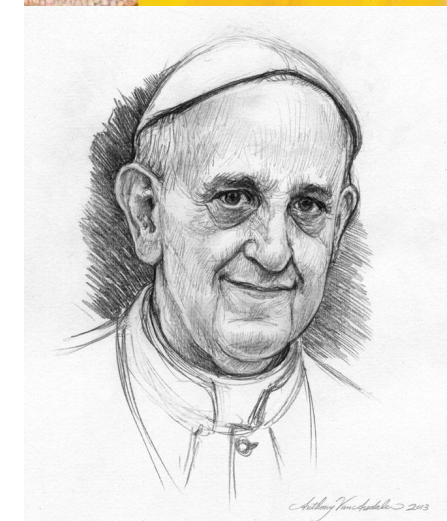
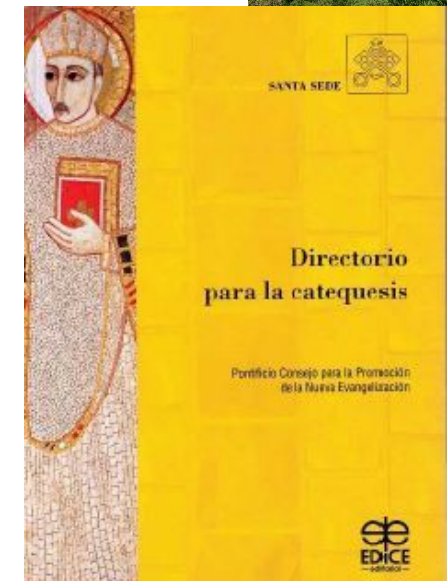
El servicio de inculturación de la fe, al que cada Iglesia particular está llamada, es un signo de la perenne fecundidad del Espíritu Santo que embellece a la Iglesia universal. *Cada porción del Pueblo de Dios, al traducir en su vida el don de Dios según su genio propio, **da testimonio de la fe recibida y la enriquece con nuevas expresiones que son elocuentes** (Evangelii Gaudium, 122). Los itinerarios de catequesis y los propios catecismos locales son un signo de este fructuoso proceso de inculturación”.*



# La catequesis, escuela de oración

## 5/2 Catequesis escuela de oración en la perspectiva de la inculturación de la fe (DC,328)

“Si bien **la vida urbana** puede ser para muchos una oportunidad única de apertura hacia nuevas perspectivas, de compartir fraternalmente y de realizar la propia vida, no pocas veces, de manera paradójica, **se convierte en el lugar de una gran soledad, desilusión y desconfianza, y además en un espacio en el que diferentes grupos sociales acaban conviviendo, ignorándose o despreciándose mutuamente.** Esta es una oportunidad para **proponer creativamente una catequesis** inspirada en el catecumenado, **capaz de ofrecer contextos comunitarios de fe en los que, superando el anonimato, se reconozca el valor de cada persona y se ofrezca a todos el bálsamo de la fe pascual para aliviar sus heridas.** En el contexto del proceso de catequesis, **se pueden «imaginar espacios de oración y de comunión con características novedosas, más atractivas y significativas para los habitantes urbanos (Evangelii Gaudium, 73)»**”



# La catequesis, escuela de oración

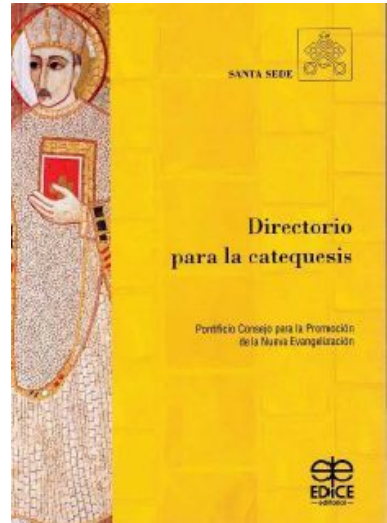


## 6/1 Ámbitos específicos de la catequesis como escuela de oración: **catequesis en familia** (DC,227)

La familia es un anuncio de fe por ser lugar natural donde la fe puede ser vivida de manera simple y espontánea. Tiene un carácter único: **transmite el Evangelio enraizándolo en el contexto de profundos valores humanos. Sobre esta base humana es más honda la iniciación en la vida cristiana:**

- el despertar al sentido de Dios,
- **los primeros pasos en la oración,**
- la educación de la conciencia moral y la formación en el sentido cristiano del amor humano, concebido como reflejo del amor de Dios Creador y Padre.

Se trata, en suma, de una educación cristiana **más testimonial que de la instrucción, más ocasional que sistemática, más permanente y cotidiana que estructurada en períodos** (DGC, n. 255).

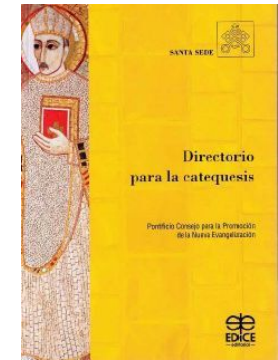


# La catequesis, escuela de oración

6/2 Ámbitos específicos de la catequesis como escuela de oración: **catequesis con jóvenes** (DC,251)

“Desde el punto de vista de la experiencia religiosa, se percibe una gran variedad. Muchos jóvenes se ven impulsados hacia **la búsqueda de sentido**, la solidaridad y el compromiso social. **Con frecuencia se muestran abiertos a prácticas religiosas y son sensibles a distintas espiritualidades.** Con respecto a la experiencia eclesial, en esta fase de la vida, muchos que se alejan de la Iglesia o muestran su indiferencia o desconfianza frente a ella. Entre las causas que provocan esta situación hay que considerar la falta de testimonio, de credibilidad, y de apoyo espiritual y moral por parte de las familias, catequesis deficiente y una comunidad cristiana poco significativa. No obstante, también es cierto que muchos jóvenes participan activamente y con entusiasmo en la vida de la Iglesia, en sus experiencias misioneras y de servicio, **y llevan una vida de oración auténtica e intensa**”.

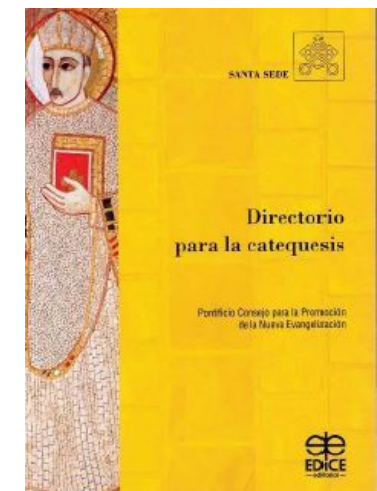
➤ ***Están ávidos de oración y de una catequesis oracional (en su doble dimensión), que se cuide de no caer en “emocionitis” y en “expocionitis”...***



# La catequesis, escuela de oración

## 6/3 Ámbitos específicos de la catequesis como escuela de oración: catequesis con personas con discapacidad (DC,272)

“Las personas con discapacidad están llamadas a la plenitud de la vida sacramental, incluso cuando presentan graves trastornos. Los sacramentos son dones de Dios y la liturgia, incluso antes de ser comprendida racionalmente, pide ser vivida: de modo que nadie puede negar los sacramentos a las personas con discapacidad. **La comunidad que sabe descubrir la belleza y la alegría de la fe de la que son capaces estos hermanos, se enriquece.** Por tanto, es importante la inclusión pastoral y la participación en la acción litúrgica, especialmente el domingo. **Las personas con discapacidad pueden alcanzar la dimensión más elevada de la fe que posee la vida sacramental, la oración y la proclamación de la Palabra.** De hecho, no solo son receptores de la catequesis, sino protagonistas de la evangelización. Es deseable que ellos mismos puedan ser catequistas y, a través de su testimonio, transmitir la fe de manera más eficaz”.



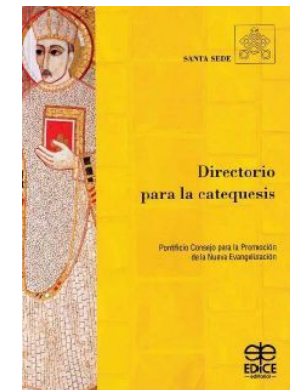
# La catequesis, escuela de oración



## 7/ Así fue la catequesis de Jesús (DC,160)

“Se presentó ante ellos como el único maestro y, al mismo tiempo, como un amigo paciente y fiel (cf. Jn 15, 15; Mc 9, 33-37; Mc 10, 41-45).

- Enseñó la verdad durante toda su vida. Los interpeló con preguntas (cf. Mc 8, 14-21.27).
- Les explicó con mayor profundidad lo que proclamaba a la multitud (cf. Mc 4,34; Lc 12,41).
- Los introdujo en la oración (cf. Lc 11, 1-2).
- No los envió solos a la misión, sino como una pequeña comunidad (cf. Lc 10, 1-20).
- Les prometió el Espíritu Santo que los llevaría a la verdad completa (cf. Jn 16, 13), sosteniéndolos en los momentos de dificultad (cf. Mt 10, 20; Jn 15, 26; Hch 4, 31).



La forma de relacionarse Jesús con ellos se caracteriza por unos comportamientos educativos delicadísimos. Jesús sabe acoger y al mismo tiempo interpelar a la mujer samaritana en un proceso de aceptación gradual de la gracia y de disponibilidad para la conversión. Resucitado, se hace próximo a los dos discípulos de Emaús, camina con ellos, dialoga con ellos y comparte su dolor. Al mismo tiempo, les invita a abrir sus corazones, les encamina hacia la experiencia eucarística, y a abrir los ojos para reconocerlo; finalmente, desaparece de su vista para dar lugar a la iniciativa misionera de los discípulos”.

➤ ¿Que buscaban los discípulos en él? ¿Qué les ofreció Jesús?

# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:



### Busco tu rostro

28

Jesús, ¿dónde vives?... Venid y veréis

#### OIGO EN MI CORAZÓN: “BUSCAD MI ROSTRO”

- Oramos como Jesús *¿Por qué rezar? (Fabio Ciardi)*  
*Escuela de oración (Fabio Ciardi)*
- Somos amigos de Dios *La iniciativa es de Dios (Fabio Ciardi)*  
*La oración, relación con Dios (Fabio Ciardi)*
- Aprendemos *Cinco formas de oración (Fabio Ciardi)*  
*Siete tipos de oración*
- Experimentamos *Cinco palabras para la oración (Fabio Ciardi)*
- Animados por dos Franciscos *Una oración en cada dedo (papa Francisco)*  
*Solo Dios (san Francisco de Asís)*

#### TU ROSTRO BUSCARÉ, SEÑOR

- Oramos a Dios Trinidad *Invocaciones a la Santísima Trinidad*
- Oramos a Dios Padre *Padrenuestro*
- Oramos a Dios Hijo *Alma de Cristo (san Ignacio de Loyola)*  
*Cristo conmigo (san Patricio)*  
*Por mí (Chiara Lubich)*  
*Viacrucis de los jóvenes (santa Teresa de Calcuta)*  
*Para estar unidos a Jesús (Juan Carlos Carvajal)*  
*De más de mil maneras (Sergio Fernández)*
- Oramos a Dios Espíritu Santo *Invocación al Espíritu Santo al comenzar un encuentro cristiano*  
*Espíritu Santo, ven a mí (Juan Carlos Carvajal)*  
*Inspírame siempre (cardenal Verdier)*  
*Espíritu Santo, inspíranos (san Agustín)*
- Oramos a María *Salve*  
*Bajo tu amparo*  
*Acuérdate*  
*Ángelus*  
*Regina caeli*  
*Santo rosario*  
*Letanías marianas para jóvenes*



# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:



### Oramos como Jesús

#### ¿Por qué rezar?

Porque queremos seguir a Jesús, vivir como él..., y porque Jesús rezaba. Muchas veces, lo vemos en el Evangelio: deja todo solo para ir a rezar.

- Sentía nostalgia de su casa. Se retiraba para encontrarse con el Padre y el Espíritu Santo, para estar con ellos, para reavivar la unidad con ellos, pero también para hablar junto con ellos de su vida, de sus proyectos, etc.
- Respiraba aire de familia y, allí, en su mundo (el cielo), reencontraba la fuerza y el coraje para volver en medio de la gente y afrontar las dificultades, incluso la muerte.

- En la oración, tomaba conciencia de su identidad de Hijo de Dios, de la misión que el Padre le había confiado y del modo de llevarla a cabo.
- En el bautismo en el Jordán, cuando descendió el Espíritu y las palabras del Padre revelaron que era el Hijo amado del Padre, Jesús estaba rezando.
- Las grandes decisiones las tomó durante la oración: después de una noche de oración, eligió a los doce; en la oración del huerto de los olivos, aceptó beber el cáliz que el Padre le ofrecía...

#### Escuela de oración

De la mano del teólogo Fabio Ciardi, misionero oblato de María, nos adentramos en el océano inabarcable y sorprendente, inmenso y fascinante, de la oración como iniciativa de Dios y como relación con Dios.

Después, recorreremos las cinco formas y los siete tipos de oración, porque la oración no es monocorde, así como las cinco palabras más importantes de la oración. Terminaremos esta primera parte con dos textos complementarios: el del papa Francisco sobre la oración de petición y el de san Francisco, que nos adentra en la oración de alabanza.

En la segunda parte de este cuaderno que tienes en tus manos, recorreremos algunas oraciones para que las puedas hacer tuyas, tanto a Dios Padre como a Dios Hijo y a Dios Espíritu Santo, así como las más tradicionales de intercesión dirigidas a la Virgen María, la Madre de Dios.

Oigo en mi corazón: "Buscad mi rostro"

### Somos amigos de Dios

#### La iniciativa es de Dios

¿Te has preguntado alguna vez desde cuando el hombre es hombre? Los antropólogos no dudan en identificar rasgos de humanización con las primeras expresiones de su religiosidad. El momento se produjo cuando Dios se dirigió a su criatura y, dirigiéndole la palabra, comenzó a hablar con él. La criatura, como respuesta, tomó conciencia de sí: nació un diálogo.

En este diálogo, la iniciativa es de Dios: habla a través de las palabras del Evangelio, las que están diseminadas en los surcos de la tierra, en la bóveda celeste, en los corazones de los hermanos y hermanas, en los acontecimientos.

Le hablaba a Moisés como a un amigo, como un hombre que habla con su vecino; asimismo, hablaba a sus discípulos como a amigos, no como siervos, revelándoles toda la verdad. Así es como nos habla, y nosotros podemos responderle y hablar con él como a un amigo por el cual nos sabemos amados.

El Catecismo de la Iglesia Católica lo explica de esta manera:

Dios es quien primero llama al hombre. Olvide el hombre a su creador o se esconda lejos de su faz, corra detrás de sus ídolos o acuse a la divinidad de haberlo abandonado, el Dios vivo y verdadero llama incansablemente a cada persona al encuentro misterioso de la oración. Esta iniciativa de amor del Dios fiel es siempre lo primero en la oración; la actitud del hombre es siempre una respuesta.

**Catecismo de la Iglesia Católica 2567**

Nuestra oración es una respuesta al Dios que nos habla, como el habla de un niño es una respuesta al habla de sus padres.

Tú ya no hablas con tus padres como cuando eras un niño. ¿Y con Dios?



# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:



### Aprendemos

#### La oración, relación con Dios

La oración es un diálogo, relación de amor con Dios, una comunión recíproca, estar con él. La definición más bella nos la da santa Teresa de Jesús: "Tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos que nos ama".

Para Jesús, nuestra oración es "volver a casa", entrar en el paraíso, entretenerse con las personas de la Santísima Trinidad, con los ángeles, con María, con nuestros hermanos que ya están allí. En Dios, también encontramos a toda la humanidad, a toda la creación. Nuestra interioridad nunca puede ser replegada sobre nosotros mismos, se dilata hasta Dios y a todo el mundo, presente en Dios.

En este diálogo, Dios se compromete totalmente, donándose a fondo, al punto de dar (no solo decir) su Palabra, el Verbo, que es su Hijo Jesús. El decir, de Dios es dar, darse. También nosotros debemos comprometernos totalmente si queremos que este diálogo sea auténtico; también para nosotros debería significar donarnos. A Jesús no le gusta cuando la oración está hecha con los labios y no con el corazón, es decir, amando con hechos, con toda la vida; no le gusta cuando se repite "Señor, Señor", sin hacer su voluntad.

Por tanto, hay un vínculo estrecho entre oración y vida, no son momentos separados: se reza viviendo en el amor; una vida vivida en el amor es oración. Los discípulos de san Francisco de Asís decían que, al final, ya no rezaba, se había vuelto "oración".

La oración es relación y, como toda relación, necesita expresarse en oraciones: decir "te quiero", abrazar, sonreír, etc.

¿Cuáles son las expresiones de tu relación con Dios?

Puedes adentrarte en esta relación con la canción "Busco tu rostro", de Gen Verde.



[www.e-sm.net/179082\\_132](http://www.e-sm.net/179082_132)

#### Cinco formas de oración

¿Cuántas formas de oración existen? Distinguimos entre formas y tipos de oración. Los tipos de oración, que luego veremos, hacen referencia al contenido de la oración; por su parte, en las formas de oración, nos fijamos más bien en los diversos modos de hacerla:

- **Oración litánica.** Se pueden repetir hasta la saciedad frases como "Señor, tú eres mi único bien", "tú sabes que te amo", "ven, Señor Jesús", porque el amor no se cansa nunca de repetir que ama. Es una forma de oración que infunde paz interior y confianza en Dios.
- **La meditación.** Vinculada generalmente a la lectura de un texto o de una experiencia, ayuda a penetrar las realidades de Dios, las verdades de la fe y de la vida cristiana. Se reflexiona, pero, sobre todo, se saborea y lleva al coloquio afectuoso. Es útil para conocerse mejor y conocer mejor a Dios.
- **Lectio divina.** Parte de la lectura de la Palabra de Dios en comunidad: entendiéndola mejor, dejándose interpelar por ella, preguntándose cómo hacerla vida. La Palabra es como una espada de doble filo: hiere y cura a la vez.
- **Oración de silencio.** Nace cuando se advierte la presencia de Dios en nosotros o a nuestro alrededor. Sabemos que él está y que nos ama; sabemos que estamos con él y que queremos amarlo sin articular palabras.

- **Oración litúrgica.** Es la más importante (en especial, la de la eucaristía). Consiste en participar realmente de la oración de Jesús al Padre en el Espíritu, de su entrega obediente a su voluntad. La hacemos en comunidad: su misa es nuestra misa.

Detrás de estas cinco formas de oración, está la presencia silenciosa del Espíritu Santo, quien pone en nuestros labios la palabra "Padre" y que nos hace decir a Jesús "Señor". Rezar es dejarse conducir en Dios por el Espíritu Santo.

Al empezar cualquier forma de oración, te proponemos esta oración para ponerte en presencia de Dios:

Padre bueno, no te vemos, ni te oímos. Y, sin embargo, sabemos que estás aquí, con nosotros. Tú estás presente en todo lo que existe, también estás en nuestros corazones. Estás aquí, tan cercano y tan sencillo, tan amable y tan cariñoso, que tu presencia nos llena de alegría. ¡Gracias, Padre y Dios nuestro!, por tu cariño y compañía.

Juan Carlos Carvajal

# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:



### Experimentamos

#### Cinco palabras para la oración

Saberse los diversos tipos de oración no sirve de mucho si uno no se adentra en la experiencia de auténtica relación con Dios.

Por eso, os proponemos cinco palabras que nos ayudan a reavivar esta experiencia:

- **Te adoro.** Es la oración de Tomás: “Señor mío, y Dios mío” (Jn 20,28); es el canto de los ángeles: “Santo, Santo, Santo es el Señor, Dios del Universo” (Is 6,3). “Adorar” significa, literalmente, ‘llevar a Dios a la boca para besarlo’. La adoración desemboca en el mar infinito del amor, con el beso y el abrazo de Dios.
- **Te amo.** Parece la palabra más fácil. Todos la usan y la repiten con mil variaciones, hasta hacerle perder valor. Decir “te amo” no es solamente la expresión de un sentimiento, es declararse dispuestos a la acción: “No quien dice Señor, Señor, me ama, sino el que cumple la voluntad de mi Padre”. Sabemos cuál es su voluntad: dar la vida por los amigos, amar a los que no nos aman, amarnos los unos a los otros, etc. En el Evangelio, Pedro es el único que le dice a Jesús “te amo” (“Señor, tú lo sabes todo, tú sabes que te amo”, Jn 21,15-16), pero solo como respuesta a una pregunta puntual: “¿Me amas?”; y, solo después de haber pasado la prueba, su “te amo” es verdadero, porque esta purificado por el dolor. A veces, nosotros también sentimos la presión de la apremiante pregunta de Jesús: “¿Me amas? ¿Me amas realmente?”. Por un lado, nos da temor responder; por otro, tenemos un gran deseo de hacerlo, porque el corazón tiene necesidad de decir: “Te amo”.
  - **Te agradezco.** Con esta palabra, el corazón y la mente se abren de par en par sobre el cielo y la tierra. Agradecemos haber sido creados, por lo creado, por el sol que sale por la mañana y por su ocaso, por la luna y las estrellas, los pájaros del cielo y los peces del mar y por el pan de cada día, que el Padre del cielo nos da. Le agradecemos la Palabra con la que nos nutre cada día, por la misericordia que nos hace nuevos cada día, por el llamado a seguirlo, por el ideal evangélico recibido, por los hermanos que nos da. A medida que el agradecimiento se dilata, se transforma en un canto de alabanza y, con júbilo, decimos: “¡Son todas las obras del Señor, alabado sea el Señor”.
  - **Te pido perdón.** Es una expresión liberadora. Por eso, puede ser engañosa: ¿por qué pedimos perdón? ¿Para tranquilizar la conciencia? ¿Para evitar caer en una eternidad sin Dios? ¿La suplica de perdón es verdaderamente una expresión del amor? Lo que debería disgustarnos no son las consecuencias del pecado ni el juicio de los demás, sino el haber afligido al amor. El amor de Cristo es tan grande que entra en la oscu-

ridad de nuestra rebeldía, asume nuestro pecado para clavarlo en la cruz. Repetir “te pidió perdón” es reconocer nuestro pecado, pero, sobre todo, reconocer el culmen del amor de Jesús, su abandono, reconocernos e identificarnos con el amor en su máxima expresión. Cuando decimos sinceramente “te pido perdón”, la misericordia inunda el alma.

- **Te pido gracias.** Es la petición más pobre. Sin embargo, la oración de petición es tan noble como la adoración, porque pedir es reconocer la omnipotencia de Dios: igual que nuestra declaración de amor, porque no se avergüenza de pedir; igual que el agradecimiento, porque tiene confianza de recibir; igual que la suplica del perdón, porque nace de la misma conciencia de pobreza. ¿Qué pedimos? La fidelidad al Evangelio y no separarnos nunca del amor. La oración también apunta decididamente hacia los demás: por los pequeños, por los que están solos, por los que sufren violencia e injusticias; pero, también, por los violentos y los injustos, para que se conviertan; por los que sufren calamidades naturales y guerras; por los enfermos y encarcelados; por los moribundos, para que sean recibidos en los brazos de la misericordia y para que estén siempre cerradas las puertas del infierno. Una vez más, el corazón se dilata sobre la humanidad entera y abreva del amor infinito de Dios. Cada una de estas palabras es dicha en nombre de nosotros y de toda la humanidad. Aunque estemos en la habitación del corazón y hayamos cerrado la puerta para hablar con Dios, nunca estamos solos.

La oración dilata el corazón sobre Dios y toda la humanidad. De este modo, nuestra humanización alcanza la madurez plena: nos transformamos en personas enteras, nos volvemos Jesús.

Elige una de estas cinco palabras y atrevete: ve a la capilla o a un lugar retirado, respira hondo y dísela a Dios, una y otra vez. Acabas de volar más alto que los satélites y de adentrarte en espacios más inmensos que las estrellas del universo.

Te proponemos el canto de adoración “Bendito el que viene”, de Gen Verde.



[www.e-sm.net/179082\\_134](http://www.e-sm.net/179082_134)

# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:



### Animados por dos Franciscos



#### Una oración para cada dedo

El **papa Francisco** nos propone esta sencilla regla nemotécnica de los dedos de una mano para no olvidarnos nunca de a quiénes tenemos que tener presentes en nuestra oración de petición:

- **El pulgar** es el más cercano a ti, así que empieza orando por quienes están más cerca de ti. Son las personas más fáciles de recordar. Orar por nuestros seres queridos es “una dulce obligación”.
- El siguiente dedo es **el índice**: ora por quienes enseñan, instruyen y sanan. Esto incluye a los maestros, profesores, médicos y sacerdotes: ellos necesitan apoyo y sabiduría para indicar la dirección correcta a los demás. Tenlos siempre presentes en tus oraciones.
- El siguiente dedo es **el más alto**. Nos recuerda a nuestros líderes: ora por el presidente, los congresistas, los empresarios y los gerentes. Estas personas dirigen los destinos de nuestra patria y guían a la opinión pública. Necesitan la guía de Dios.
- El cuarto dedo es **el anular**. Aunque a muchos les sorprenda, es nuestro dedo más débil, como te lo puede decir cualquier profesor de piano. Debe recordarnos orar por los más débiles, con muchos problemas o postrados por las enfermedades. Necesitan tus oraciones de día y de noche. Nunca será demasiado lo que ores por ellos. También debe invitarnos a orar por los matrimonios.
- Por último, está **el meñique**, el más pequeño de todos los dedos, que es como debemos vernos ante Dios y los demás. Como dice la Biblia, “los últimos serán los primeros”. Tu meñique debe recordarte orar por ti. Cuando ya hayas orado por los otros cuatro grupos, verás tus propias necesidades en la perspectiva correcta, y podrás orar mejor por las tuyas.



#### Solo Dios

Cuántos seguidores de Jesús se han repetido a sí mismos esta enseñanza de santa Teresa de Jesús en sus vidas: “Nada te turbe, nada te espante. Quien a Dios tiene, nada le falta. Solo Dios basta”. San Francisco de Asís se lo decía de esta bellísima forma a sus discípulos, para que se les llenase el alma a la hora de alabar a Dios:

Ninguna otra cosa, por tanto, deseemos,  
ninguna otra queramos, ninguna otra nos agrade y deleite,  
sino nuestro creador y redentor y salvador, el solo verdadero Dios,  
que es pleno bien, todo bien, bien total, verdadero y sumo bien,  
que es el solo bueno, piadoso, manso, suave y dulce;  
que es el solo santo, justo, veraz, santo y recto;  
que es el solo benigno, inocente, puro;  
de quien y por quien y en quien está todo el perdón, toda la gracia,  
toda la gloria de todos los penitentes y justos,  
de todos los bienaventurados que gozan juntos en los cielos.  
Nada, pues, impida, nada separe, nada se interponga;  
en todas partes, en todo lugar, a toda hora y en todo tiempo,  
diariamente y de continuo,  
todos nosotros creamos verdadera y humildemente,  
y tengamos en el corazón y amemos, honremos, adoremos, sirvamos,  
alabemos y bendigamos, glorifiquemos y ensalcemos, magnifiquemos  
y demos gracias al altísimo y sumo Dios eterno,  
Trinidad y unidad, Padre e Hijo y Espíritu Santo,  
creador de todas las cosas y salvador  
de todos los que creen en él y esperan y lo aman;  
el que es sin principio y sin fin, inmutable, invisible, inenarrable,  
inefable, incomprensible, inescrutable, bendito, laudable,  
glorioso, ensalzado, sublime, excelso, suave, amable, deleitable  
y todo sobre todas las cosas deseable por los siglos.

San Francisco de Asís



[www.e-sm.net/179082\\_135](http://www.e-sm.net/179082_135)

Escuchamos "Solo tú, Señor", de Gen Verde.

# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:



### Oramos a Dios Trinidad

#### Invocaciones a la Santísima Trinidad

305-307



El "Gloria" es una fórmula de alabanza a las tres personas de la Santísima Trinidad y un desarrollo de la fórmula bautismal trinitaria: "Id, pues, y haced discípulos a todos los pueblos, bautizándolos en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo" (Mt 28,19). Está históricamente comprobado que, en tiempo de san Benito (siglos v-vi), su uso era habitual:

Gloria al Padre y al Hijo y al Espíritu Santo.  
Como era en el principio, ahora y siempre,  
por los siglos de los siglos.  
Amén.

La señal de la cruz, que rememora la forma en que Cristo nos ha redimido, acompaña al cristianismo desde su origen. Los primitivos cristianos utilizaban con frecuencia este signo: al comienzo de la jornada, al entrar o salir de su casa, antes de afrontar el martirio, etc. El signo de la "gran cruz", según el cual la mano derecha va desde la frente a la parte inferior del pecho y desde el hombro izquierdo hasta el derecho, es usado a partir de los siglos v-vi.

Romano Guardini, filósofo alemán, nos lo explica: "Hacemos la señal de la cruz al comenzar la oración, para que nos recoja e introduzca espiritualmente; concentra en Dios nuestros pensamientos, afectos y deseos; después de la oración, para que perdure en nosotros el don recibido de Dios; ante las tentaciones, para que nos fortalezca. Frente a los peligros, para que nos proteja. En el acto de la bendición, para que la plenitud de la vida divina penetre en nuestra alma. [...] Hacedla bien, con pausa, amplitud y conscientemente".

Por la señal de la santa cruz,  
de nuestros enemigos  
líbranos, Señor, Dios nuestro.  
En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.



Cantamos "Dios, ¿existes?", de Brotes de Olivo.

[www.e-sm.net/179082\\_136](http://www.e-sm.net/179082_136)

### Oramos a Dios Padre

#### Padrenuestro

¡Tenemos un Padre! ¡Tengo un Padre! ¡Padre, Padre nuestro! ¿Quién es más rico que nosotros, quién es más rico que yo? Padre, heme aquí en el secreto de mi habitación. Ante ti, no siento la necesidad de explicarme, de decirte, de analizarme para presentarme. Solo siento la necesidad de donarme a ti todo entero, tal como soy, con mis pecados y con las cosas buenas, si las hay. Y rezarte y decirte lo que te diría Jesús en mi lugar, lo que diría María. Y tú, en secreto, me escuchas. Me sigues y me acoges (estoy seguro) como hijo tuyo. Por eso, me atrevo a decirte:

Padre nuestro, que estás en el cielo,  
santificado sea tu nombre;  
venga a nosotros tu reino;  
hágase tu voluntad  
así en la tierra como en el cielo.  
Danos hoy el pan nuestro de cada día;  
perdona nuestras ofensas,  
como también nosotros perdonamos  
a los que nos ofenden;  
no nos dejes caer en la tentación,  
y líbranos del mal.  
Amén.

Algunos hijos entienden perfectamente que Dios sea "Padre", porque tienen la experiencia de que su padre y su madre lo quieren más que a nada en el mundo: lo cuidan, lo protegen, le enseñan y lo corrigen con amor. Sin embargo, no todos los hijos tienen esta experiencia.

Conviene saber que la palabra "Abbá" (en cariñoso diminutivo, como "papaíto") con la que Jesús lo llama desde la eternidad es anterior al uso que nosotros le damos familiarmente. No llamamos a Dios "Padre" como analogía de nuestros padres, sino que los llamamos "padres" por analogía al único eterno Padre de Jesús, Padre suyo y por amor a nosotros, Padre nuestro.



Cantamos "Dios de la tierra", de Brotes de Olivo.

[www.e-sm.net/179082\\_137](http://www.e-sm.net/179082_137)

Tu rostro buscaré, Señor

# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:

### Oramos a Dios Hijo

#### Alma de Cristo

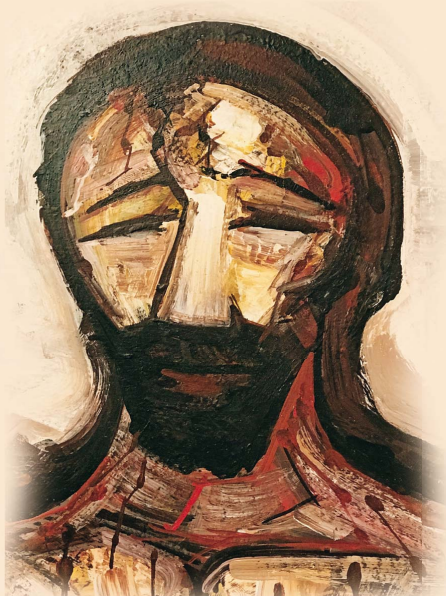
Pocas oraciones hay tan bonitas como el “*Anima Christi*” o “Alma de Cristo”. **San Ignacio de Loyola** (1491-1556) la incluyó en los *Ejercicios Espirituales* y, por eso, muchos piensan que es el autor de la misma, aunque en realidad su origen es medieval:

Alma de Cristo, santifícame.  
Cuerpo de Cristo, sálvame.  
Sangre de Cristo, embriágame.  
Agua del costado de Cristo, lávame.  
Pasión de Cristo, confórtame.  
¡Oh, buen Jesús!, óyeme.  
Dentro de tus llagas, escóndeme.  
No permitas que me aparte de ti.  
Del maligno enemigo, deféndeme.  
En la hora de mi muerte, llámame.  
Y mándame ir a ti, para que con tus santos te alabe.  
Por los siglos de los siglos.  
Amén.

#### Cristo conmigo

Forma parte de una hermosísima oración de **san Patricio** (377-461), evangelizador y patrón de Irlanda, que, en casi todas sus estrofas, empieza diciendo “Me levanto hoy”, y que es conocida por la *Coraza de san Patricio*:

Cristo conmigo, Cristo dentro de mí,  
Cristo detrás de mí, Cristo delante de mí,  
Cristo a mi derecha, Cristo en mi casa,  
Cristo en mi camino,  
Cristo en mi puesto de trabajo,  
Cristo en todo los ojos que me ven,  
Cristo en todos los oídos que me escuchan,  
Cristo en la boca de todo aquel que me habla,  
Cristo en el corazón de todo aquel que piensa en mí,  
Cristo conmigo y yo con él,  
Cristo siempre y en todas partes.  
Amén.



Cantamos “Inconfundible”,  
de Gen Verde.



[www.e-sm.net/179082\\_138](http://www.e-sm.net/179082_138)

#### Por mí

Hablando de Jesús, san Pablo escribe: “Y se entregó por mí”. Cada uno de nosotros puede repetir lo que dice el apóstol, por mí:

Jesús, si has muerto por mí, por mí,  
¿cómo puedo dudar de tu misericordia?  
Y si puedo creer en ella, con la fe que me enseña  
que un Dios ha muerto por mí,  
¿cómo puedo dejar de arriesgar todo  
para corresponder a este amor?

Por mí. Esta es la fórmula que anula  
la soledad de los más solos,  
que endiosa a todo pobre hombre desechado  
por el mundo entero,  
que colma todo corazón al máximo de su capacidad  
y lo hace desbordar sobre quien no conoce,  
o no recuerda, la buena nueva.

Por mí. ¿Por mí, Jesús, tus dolores? ¿Por mí ese grito?  
¡Oh! Ciertamente, tú no dejarás que mi alma  
y muchas otras pobres almas se pierdan,  
sino que harás de todo aunque solo fuera  
porque... te hemos costado demasiado.  
Tú me has engendrado para el cielo,  
como mi madre para la tierra.  
Tú piensas siempre y solo en mí,  
como en cada uno de nosotros.  
Tú me alientas en mi vida cristiana,  
con más fuerza que si tuviese el universo entero  
a mis espaldas, empujándome.

Por mí. Sí. Por mí. Entonces, Señor,  
deja que yo también te diga, sobre todo pensando  
en los años que me quedan: por ti.

Cantamos “En tu cáliz”, de Gen Verde.



[www.e-sm.net/179082\\_139](http://www.e-sm.net/179082_139)

# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:

### Oramos a Dios Hijo

#### Viacrucis de los jóvenes

Resumimos el viacrucis para jóvenes escrito por santa Teresa de Calcuta; catorce estaciones donde se meditan la pasión y muerte de Cristo:

- **Primera estación: Jesús es condenado a muerte.** Míralo en el pequeño niño que tiene hambre, que se come su pan pedacito a pedacito, porque teme que se termine pronto y tenga otra vez hambre.
- **Segunda estación: Jesús carga con la cruz.** ¡Muchas veces miramos pero no vemos nada! Todos tenemos que llevar la cruz y seguir a Cristo al calvario si queremos reencontrarnos con él.
- **Tercera estación: Jesús cae por primera vez.** Hay muchas personas que morirán por un bocado de amor o de aprecio. En esta estación, Jesús se cae de hambre.
- **Cuarta estación: Jesús encuentra a su Madre.** ¿Somos nosotros los que sufrimos las penas de una madre? ¿Estamos aquí para comprender a nuestra juventud si se cae? ¿Si está sola? ¿Si no se siente deseada? ¿Estamos entonces presentes?
- **Quinta estación: el Cireneo ayuda a Jesús a llevar la cruz.** Con lo que habéis dado como signo de amor, las cosas que habéis hecho a Cristo en los pobres, habéis sido Simón de Cireneo.
- **Sexta estación: la Verónica limpia el rostro de Jesús.** Con respecto a los pobres, los abandonados, los no deseados, ¿somos como la Verónica? ¿Estamos presentes para quitar sus preocupaciones y compartir sus penas?
- **Séptima estación: Jesús cae por segunda vez.** Podéis ver gente en el parque sola, no deseada. Jesús necesita nuestras manos para limpiar su cara. ¿Podéis hacerlo? ¿O pasaréis sin mirar?
- **Octava estación: Jesús consuela a las mujeres.** Padre, yo rezo por ellas para que se consagren a ti; para que se entreguen a tu servicio. Para eso, yo también me consagro y me entrego con Cristo.
- **Novena estación: Jesús cae por tercera vez.** Hay niños desnudos y hay niños que no llegan a nacer, porque nosotros no los deseamos, y Jesús toma este grave sufrimiento y lo hace suyo.
- **Décima estación: Jesús es despojado de sus vestiduras.** ¡Señor, ayúdanos para que aprendamos a aguantar las penas, fatigas y torturas de la vida diaria, para que logremos siempre una más grande y creativa abundancia de vida!
- **Undécima estación: Jesús es clavado en la cruz.** ¡Cuántas personas con retraso mental llenan las clínicas! ¡Cuántas hay en nuestra propia patria! ¿Las visitamos? ¿Compartimos con ellas este calvario? ¿Sabemos algo de ellas?
- **Duodécima estación: Jesús muere en la cruz. ¡Jesús es el pan de la vida que nos da vida y fuerza!** Su sufrimiento es nuestra energía, nuestra alegría, nuestra pureza. Sin él, no podemos hacer nada.
- **Decimotercera estación: Jesús es bajado de la cruz.** ¡Vosotros, jóvenes, llenos de amor y de energía, no desperdiciéis vuestras fuerzas en cosas sin sentido!
- **Decimocuarta estación: Jesús es sepultado.** Mirad a vuestro alrededor y ved, mirad a vuestros hermanos y hermanas en todas partes. ¡Todos os miran! ¡No les volváis las espaldas, pues ellos son el mismo Cristo!

#### Para estar unidos a Jesús

¡Hola, Jesús!, buen amigo, gracias porque, al conocerte, he conocido que tu Padre Dios es mi Padre

y que me quiere tanto como te quiere a ti. Gracias, porque, al hacerme tu amigo, me has dado a compartir el amor que os tenéis tú y el Padre, y me has dado tu Espíritu para que yo sea capaz de amar como tú me amas a mí.

Jesús, amigo mío, ayúdame a comprender que, cuando hago actos de amor, estoy tan cerca de ti que tú y el Padre estáis en mí.

Te pido, buen Jesús, que me ayudes a amar: que sea capaz de vencer mis reacciones egoístas y que haga actos de amor que me mantengan unido a ti.

#### De más de mil maneras

De más de mil, de más de mil maneras me estás diciendo no sé cuantas cosas, lo mismo con espinas que con rosas, tú, Dios mío, me dices que me esperas.

Tus llamadas son siempre verdaderas, llamadas vivas y tan armoniosas que se las puede oír tan silenciosas como el aire que inunda las praderas.

¡Si pudiera decirlo, que no puedo, tal vez el alma se me rompería en mil noches azules cada día!

Señor, contigo nada me da miedo, sé que la pena acaba en alegría, en ti, Señor, tan solo en ti me quedo.



Cantamos "Antigua, eterna danza", de Gen Verde.

[www.e-sm.net/179082\\_140](http://www.e-sm.net/179082_140)

# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:



### Oramos a Dios Espíritu Santo

#### Invocación al Espíritu Santo al comenzar un encuentro cristiano

**Todos** Ven, Espíritu Santo, ilumina nuestros corazones y llénalos con el fuego de tu amor: Envía, Señor, tu Espíritu. Que renueve la faz de la tierra.

**Catequista** Oh, Dios, que llenaste los corazones de tus fieles con la luz del Espíritu Santo; concédenos que, guiados por el mismo Espíritu, sintamos con rectitud y gocemos siempre de tu consuelo. Por Jesucristo, nuestro Señor.

#### Espíritu Santo, ven a mí

La Iglesia invita a invocar al Espíritu Santo cada día. Sin su ayuda, no se puede pronunciar ni siquiera el nombre de Jesús (cf. 1 Cor 12,3):

Espíritu Santo, ven a mí, llena mi mente, mi corazón y mi voluntad para que todo mi pensar, mi sentir y mi actuar sea como el de Jesús, mi amigo y Señor.

Sí, Espíritu de Jesús, necesito tu ayuda, pues, aunque a veces me cueste reconocerlo, soy más débil de lo que parezco: muchas cosas me llenan de temor y, cuando tomo decisiones, no soy capaz de asumir mis responsabilidades.

También tengo que reconocerte, que muchas veces me encierro

sobre mí mismo, que ignoro lo que ocurre a mi alrededor y que, incluso, soy indiferente a mis familiares y amigos, sobre todo, cuando lo pasan mal.

Espíritu Santo, don de Dios, te pido que descendas sobre mí y que me auxilies para poder cambiar desde dentro: que tu gracia me ayude a mirar a mi alrededor, a romper con mis actitudes egoístas y me empuje a luchar contra lo que me esclaviza para cada día parecerme un poco más a Jesús.



Cantamos "Dame un corazón nuevo", de Brotes de Olivo.

[www.e-sm.net/179082\\_141](http://www.e-sm.net/179082_141)

#### Inspírame siempre

Oh, Espíritu Santo, amor del Padre y del Hijo, inspírame siempre lo que debo pensar, lo que debo decir, cómo debo decirlo, lo que debo callar, cómo debo actuar, lo que debo hacer, para gloria de Dios, bien de las almas y mi propia santificación. Espíritu Santo, dame agudeza para entender, capacidad para retener, método y facultad para aprender, sutileza para interpretar, gracia y eficacia para hablar.

Dame acierto al empezar dirección al progresar y perfección al acabar. Amén.

#### Espíritu Santo, inspíranos

Espíritu Santo, inspíranos, para que pensemos sensatamente. Espíritu Santo, incítanos, para que obremos santamente. Espíritu Santo, atraénos, para que amemos las cosas santas. Espíritu Santo, fortalécenos, para que defendamos las cosas santas. Espíritu Santo, ayúdanos, para que no perdamos nunca las cosas santas.

Cantamos "Tú, mi fuente", de Brotes de Olivo.



[www.e-sm.net/179082\\_142](http://www.e-sm.net/179082_142)



# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:

### Oramos a María

Cantamos  
"Esperanza  
nuestra", de  
Gen Verde.



[www.e-sm.net/179082\\_143](http://www.e-sm.net/179082_143)

#### Salve

Es el suspiro del peregrino que va hacia la patria y siente la necesidad de un apoyo seguro durante el camino. Recitando "Salve", el alma se restaura y el corazón se apresta a confiar en la "Madre de misericordia":

Dios te salve, Reina y madre de misericordia,  
vida, dulzura y esperanza nuestra;  
Dios te salve. A ti llamamos los desterrados hijos de Eva;  
A ti suspiramos, gimiendo y llorando en este valle de lágrimas.  
Ea, pues, Señora, abogada nuestra,  
vuelve a nosotros esos tus ojos misericordiosos;  
y, después de este destierro, muéstranos a Jesús,  
fruto bendito de tu vientre.  
¡Oh, clementísima, oh, piadosa,  
oh, dulce Virgen María!

#### Bajo tu amparo

Bajo tu amparo nos acogemos, santa Madre de Dios;  
no deseches las súplicas que te dirigimos en nuestras necesidades;  
antes bien, libranos siempre de todo peligro,  
¡oh, Virgen gloriosa y bendita!

#### Acuérdate

Acuérdate, oh, piadosísima Virgen María,  
que jamás se ha oído decir  
que ninguno de los que haya acudido a tu protección,  
implorando tu asistencia y reclamando tu socorro,  
haya sido abandonado de ti.  
Animado con esta confianza, a ti también acudo,  
oh, madre, Virgen de las vírgenes,  
y, aunque gimiendo bajo el peso de mis pecados,  
me atrevo a comparecer ante tu presencia soberana.  
No deseches mis humildes súplicas, oh,  
madre del Verbo divino;  
antes bien, escúchalas y acógelas benignamente. Amén.

312-313



#### Ángelus

Desde el siglo X, mediante el rezo del "Ángelus", la piedad cristiana quiere recordar por la mañana, a mediodía y al atardecer el misterio de la encarnación del Hijo de Dios y, al mismo tiempo, alabar a la Virgen como Madre de Cristo y de la humanidad. Todos los domingos, desde un balcón del palacio apostólico, el Papa lo reza con los peregrinos en Roma. A cada una de las tres invocaciones, o al final, se suele rezar el *"Ave María"*. En tiempo pascual, se sustituye por el *"Regina caeli"*.

El ángel del Señor anunció a María.  
Y concibió por obra y gracia del Espíritu Santo.  
He aquí la esclava del Señor.  
Hágase en mí según tu palabra.  
Y el verbo de Dios se hizo carne.  
Y habitó entre nosotros.

*(Ave María)* Dios te salve, María,  
llena eres de gracia. El Señor es contigo.  
Bendita tú eres entre todas las mujeres  
y bendito es el fruto de tu vientre Jesús.  
Santa María, Madre de Dios,  
ruega por nosotros pecadores  
ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén.

Ruega por nosotros, santa Madre de Dios,  
para que seamos dignos de alcanzar  
las promesas de nuestro Señor Jesucristo.

*(Oración)* Infunde, Señor, tu gracia en nuestras almas, para que los que hemos conocido, por el anuncio del ángel, la encarnación de tu Hijo Jesucristo, lleguemos, por los méritos de su pasión y su cruz, a la gloria de la resurrección.  
Por Jesucristo, nuestro Señor. Amén.

#### Regina caeli

Reina del cielo, alégrate, aleluya.  
Porque el Señor, a quien has merecido llevar, aleluya.  
Ha resucitado según su palabra, aleluya.  
Ruega al Señor por nosotros, aleluya.  
Gózate y alégrate, Virgen María, aleluya.  
Porque verdaderamente ha resucitado el Señor, aleluya.

*(Oración)* Oh, Dios, que por la resurrección de tu Hijo, nuestro Señor Jesucristo, has llenado el mundo de alegría, concédenos, por intercesión de su madre, la Virgen María, llegar a alcanzar los gozos eternos.  
Por nuestro Señor Jesucristo. Amén.



[www.e-sm.net/179082\\_144](http://www.e-sm.net/179082_144)

Cantamos "Feliz porque has creído", de Gen Verde

# La catequesis, escuela de oración

## EJEMPLO DE RECURSOS PARA LA CATEQUESIS ESCUELA DE ORACIÓN:

### Oramos a María

#### Santo rosario

El rosario, “corona de rosas”, es un secular recorrido de la vida de Jesús y María, a través de “los misterios” hechos evangélicos agrupados en cuatro grupos que van cambiando según los días de la semana. Tras su meditación, se reza un padrenuestro y diez avemarías. Puede terminar con las letanías u otra oración mariana:

##### • Misterios gozosos (lunes y sábado)

1. La encarnación del Hijo de Dios.
2. La visitación de nuestra Señora a su prima santa Isabel.
3. El nacimiento del Hijo de Dios.
4. La presentación de Jesús en el templo.
5. El Niño Jesús perdido y hallado en el templo.

##### • Misterios luminosos (jueves)

1. El bautismo de Jesús en el Jordán.
2. La autorrevelación de Jesús en las bodas de Caná.
4. El anuncio del reino de Dios invitando a la conversión.
4. La transfiguración.
5. La institución de la eucaristía.

##### • Misterios dolorosos (martes y viernes)

1. La oración de Jesús en el Huerto.
2. La flagelación del Señor.
3. La coronación de espinas.
4. Jesús con la cruz a cuestas camino del calvario.
5. La crucifixión y muerte de nuestro Señor.

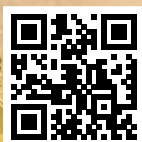
##### • Misterios gloriosos (miércoles y domingo)

1. La resurrección del Hijo de Dios.
2. La ascensión del Señor a los cielos.
3. La venida del Espíritu Santo sobre los apóstoles.
4. La asunción de nuestra Señora a los cielos.
5. La coronación de la santísima Virgen como Reina de cielos y tierra.

##### Oramos:

Te pedimos, Señor, nos concedas a nosotros, tus siervos, gozar de perpetua salud de alma y cuerpo, y por la gloriosa intercesión de la bienaventurada siempre Virgen María, seamos libres de las tristezas presentes y gocemos de la eterna alegría. Por Jesucristo, nuestro Señor. **Amén.**

Cantamos "Bendita tú entre las mujeres", de Gen Verde.



[www.e-sm.net/179082\\_145](http://www.e-sm.net/179082_145)

#### Letanías marianas para jóvenes

En el Catecismo *Testigos del Señor* están recogidas las letanías marianas clásicas. Aquí, os presentamos unas letanías preparadas para jóvenes propuestas por la archidiócesis primada de México:

Señor, ten piedad: Señor, ten piedad;  
Cristo, ten piedad: Cristo, ten piedad;  
Señor, ten piedad: Señor, ten piedad;  
Cristo, óyenos: Cristo, óyenos;  
Cristo, escúchanos: Cristo, escúchanos;  
Dios, Padre celestial: ten misericordia de nosotros;  
Dios, Hijo, redentor del mundo: ten misericordia de nosotros;  
Dios, Espíritu Santo: ten misericordia de nosotros;  
Santísima Trinidad, un solo Dios: ten misericordia de nosotros

A cada invocación mariana respondemos: “Ruega por nosotros”.

Santa María,	Madre de los que no creen en Dios,
Santa Madre de Dios,	Madre de los novios,
Santa Virgen de las Vírgenes,	Madre de la fe,
Madre de Cristo,	Madre de las misiones,
Madre de la Iglesia,	Madre de los movimientos juveniles,
Madre de los jóvenes,	Madre de la paz,
Madre de los adolescentes,	Madre de los estudiantes,
Madre de las nuevas generaciones,	Madre de los universitarios,
Madre de la esperanza,	Madre de los profesionistas,
Madre de los desvalidos,	Madre de los matrimonios jóvenes,
Madre de los indefensos,	Madre de las madres solteras,
Madre de los enfermos,	Madre de los jóvenes sin proyectos.
Madre de los drogadictos,	
Madre de los alcohólicos,	

Terminamos las letanías con estas invocaciones a Cristo, “cordero de Dios”:

Cordero de Dios que quitas el pecado del mundo: Perdónanos, Señor.  
Cordero de Dios que quitas el pecado del mundo: Escúchanos, Señor.  
Cordero de Dios que quitas el pecado del mundo: Ten misericordia de nosotros.

La catequesis, escuela de oración



**¡ GRACIAS !**