



ORACIÓN

FAMI

LIAR

Aquí hay algunas posibilidades, llámelas sueños, de formas en que podemos orar en familia, durante la Cuaresma (o en cualquier época del año).



Uno de los desafíos reales que encontramos con demasiada frecuencia en nuestra ajetreada vida contemporánea es encontrar tiempo para estar juntos como familia. Es especialmente difícil encontrar oportunidades para orar juntos. Y, si la oración, además de ir a la iglesia el domingo, no ha sido una tradición familiar, puede parecer muy "antinatural" presentarla como algo que podríamos hacer juntos como familia. Aquí hay algunas posibilidades, llámelas sueños, de formas en que podemos orar en familia, durante la Cuaresma o en cualquier época del año.

Oración para antes de las comidas

Uno de los momentos más naturales para orar es cuando nos sentamos a comer. Podemos comenzar, o "romper el hielo", simplemente diciendo: Oremos o simplemente hagamos una pausa por un minuto para dar gracias.

Uno de los desafíos de hacer bien esta oración es que no queremos que nuestra comida se enfríe. Esto nos lleva a hacer la oración rápidamente. La oración breve no tiene por qué estar desprovista de sustancia o poder. Y no siempre tiene que ser después de que la comida esté en la mesa. Para cambiar de patrón, podríamos reunir a todos en la mesa para orar y luego llevar la comida a la mesa.

Comenzamos con una oración de acción de gracias:

Señor, te agradecemos por las bendiciones de este día y por este tiempo juntos como familia.

Te damos las gracias por esta maravillosa comida y por esta hora podemos compartirla.

Siempre comenzamos con acción de gracias. Las "razones" que damos para nuestra gratitud pueden ser muy específicas y atraernos a esta oración desde nuestro lugar "real" en el que estamos en este día.

Entonces, podemos decir que estamos agradecidos por este camino cuaresmal, que nos ofrece renovación y nos prepara para celebrar la Pascua con mayor libertad. Podríamos decir, te agradecemos por estar con cada uno de nosotros hoy, mientras estábamos separados, y por estar con nosotros esta tarde (o noche). Quizás agradezcamos a Dios por alguna gracia especial que ha ocurrido hoy. Es posible que deseemos tomarnos un tiempo para que cada persona mencione una o dos cosas por las que está agradecida.

Luego nos dirigimos a Dios y pedimos lo que necesitamos.

Ayúdanos a recordar a aquellos que tienen mucho menos que nosotros. Bendícenos como familia.

Ayúdanos a crecer en amor y a cuidarnos unos a otros. Te pedimos que consueles y des fuerza y paz a los que están enfermos o que luchan de alguna manera.

Esto también debería ser muy específico para nosotros como familia. Todos tenemos familiares y amigos que están enfermos o necesitados. Quizás hay un desafío o dificultad especial que uno de nosotros está atravesando.

Podemos volvernos a Dios con nuestras preocupaciones sobre una crisis que está ocurriendo en nuestra ciudad o país o en alguna parte del mundo. Con la práctica, este breve momento nos ayudará a ser conscientes de nuestro deseo de volvernos a Dios en todas nuestras necesidades. Nos ayudará a crecer en un sentido de compasión y cuidado por tanta gente.

Nuevamente, es posible que deseemos tomarnos un tiempo para permitir que cada persona mencione una o dos oraciones de petición.

Podemos concluir con: *Te lo pedimos por Cristo nuestro Señor* o con una oración de mesa tradicional, que podríamos decir juntos.

Estas opciones son del Libro de oración común:

Danos corazones agradecidos, Padre nuestro, por todas tus misericordias, y haznos conscientes de las necesidades de los demás; través de Jesucristo nuestro Señor. Amén.

Bendice, oh Señor, estos dones,
que estamos a punto de recibir de
tu generosidad por medio de Cristo
nuestro Señor.

Bendice, oh Señor, tus dones para nuestro uso y nosotros para tu servicio; Por el amor de Cristo. Amén.

Amén.

Bendito seas, oh Señor Dios, Rey del Universo, porque nos das alimento para sostener nuestras vidas y alegrar nuestros corazones; través de Jesucristo nuestro Señor. Amén.

Por estas y todas sus misericordias, bendito y alabado sea el santo Nombre de Dios; a través de Jesucristo nuestro Señor. Amén.

Orando en otras ocasiones

Hay muchas otras ocasiones u ocasiones en las que podemos desarrollar el hábito de orar juntos. Estos ejemplos pueden inspirar nuestra propia oración creativa o espontánea.

Por la mañana: puede ser muy transformador de nuestros lazos familiares, en la fe, hacer una pausa muy breve para orar juntos. Esta podría ser una oración espontánea, mientras estamos acostados en la cama con nuestro cónyuge: “Señor, quédate con nosotros hoy”, o “Querido, le pido al Señor que te dé fuerzas y paz hoy en tu reunión”. Quizás estemos corriendo uno alrededor del otro en la cocina, tomando el desayuno. Puede ser maravilloso hacer una pausa para orar, simplemente pidiendo al Señor que esté con cada uno de nosotros en lo que estamos a punto de hacer.

En el automóvil: muchos de nosotros pasamos una buena cantidad de tiempo en el automóvil, a menudo con otros miembros de nuestra familia. Estos pueden ser buenos momentos para comenzar o terminar el viaje, con una oración muy breve: “Bendice nuestras compras de este día”, “Ayúdanos a estar agradecidos por los regalos que nos das”, “Que esta comida / esta ropa nos ayude a ser conscientes de aquellos que tienen mucho menos que nosotros”. O, “bendice a Cristal en la práctica de hoy”. Denle gracias a Dios y deléitate en los regalos que el Señor les da. Ayúdale a Dios haciendo lo mejor que puedas, a animar a los demás y a aprender lo que le ofreces hoy: “Señor, vamos a cenar a casa de Mónica y Jorge, te agradecemos nuestra amistad con ellos, y te pedimos que bendigas esta noche con todas las gracias que puedas ofrecernos en el cuidado que nos tenemos unos a otros; te lo pedimos en el nombre de Jesús”. O, “Señor, mientras conducimos a la iglesia, te agradecemos por nuestra fe y por esta oportunidad de estar junto a nuestra comunidad parroquial; por favor permítanos escuchar tu Palabra, darte gracias y alabanza, y ser nutridos por la misión que nos das esta semana”.

Durante el fin de semana: A menudo, el fin de semana ofrece momentos especiales juntos que pueden ser maravillosos momentos de oración.

Otras veces: Podemos decir breves oraciones como esta en tantos momentos especiales.

Puede ser muy importante orar juntos, mientras limpian, en preparación para los invitados que vienen a cenar o una fiesta de pijamas durante la noche. Podríamos compartir la responsabilidad de "diseñar" la oración familiar para ocasiones especiales: cumpleaños, aniversarios, el comienzo y el final de un año escolar, cuando uno de nosotros está comenzando una nueva empresa. Es posible que deseemos agregar un tiempo especial de oración si uno de nosotros está pasando por un momento de ansiedad o crisis personal. Por ejemplo, si uno de nosotros tiene que esperar una cita para una biopsia y luego esperar los resultados, podríamos colocar una vela especial en la mesa del comedor y encenderla cada noche mientras recordamos a esa persona en nuestra oración.

Rituales simples: puede ser muy fácil agregar gestos que traen una oración poderosa a nuestra vida familiar. Uno de los más sencillos y naturales es trazar una cruz en la frente de un ser querido. Puede decirle mucho a un niño pequeño, si sus padres les dieran este gesto de amor y oración. Este ritual se puede realizar todos los días, cuando nos separamos por el día, o a la hora de dormir, o se puede reservar para oraciones especiales de bendición antes de un gran evento. Y puede ser un ritual poderoso y lleno de fe para un esposo y una esposa, como parte de un patrón diario, o en momentos de gran intimidad, tocarse en bendición.

Cualquiera de los "símbolos" a los que nos referimos en nuestra página, "Símbolos en nuestro hogar" puede ser una fuente de ritual familiar. Quizás tenemos nuestro propio gesto o ritual familiar que habla de nuestra fe o nos atrae a la oración.

Orando el uno por el otro: La parte más importante de la oración familiar es quizás la más fácil de pasar por alto, cómo nos mantenemos ante el Señor. Incluso cuando no estamos físicamente juntos, como familia de oración, queremos orar los unos por los otros. En realidad, esto significa que tengo un patrón de hablar con el Señor acerca de las personas que amo más profundamente, todos los días. Se vuelven parte de mi propia relación con Dios. Ya sea que seamos una pareja casada con hijos pequeños, o yo sea un padre soltero, o si mis hijos han crecido y han comenzado una vida propia, este aspecto de la oración familiar es muy importante.

Es posible que mi cónyuge y yo no compartamos nuestra fe; quizás mi esposo no reza en absoluto; pero puedo hablar con el Señor acerca de mi cónyuge todos los días, a veces pidiendo ayuda, a veces simplemente expresando mi gratitud, a veces rogando por el regalo de la fe para mi cónyuge.

¡Que nuestro Señor bendiga nuestra oración, en la comunidad de nuestra familia, estos días de Cuaresma!