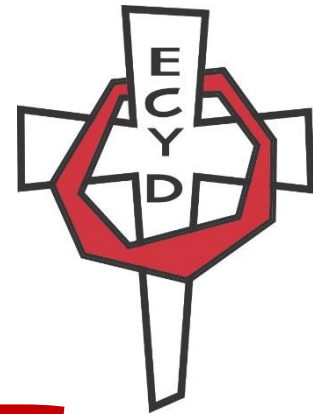
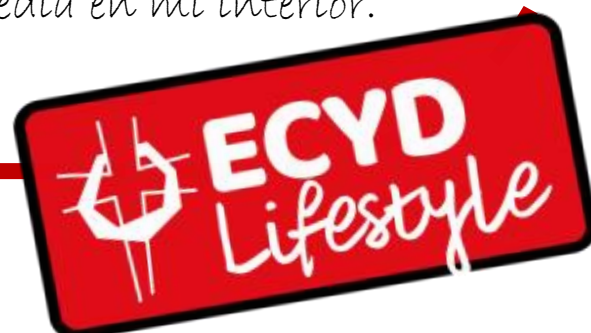


La oración II parte

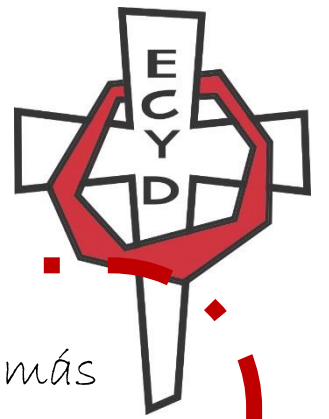


Ideas clave

- En este encuentro se sugiere hablar de 2 momentos de oración para que las niñas vayan viviendo en su día a día.
- Antes de empezar cualquier momento de oración es **fundamental** tomar conciencia de que estoy en presencia de Dios con quien quiero conversar y pedirle al Espíritu Santo que me acompañe en mi oración.
- La meditación:
 - Es un momento de diálogo personal con Jesús para contarle lo que llevo en mi corazón, para escucharle y para conocerle. Se recomienda hacer por la mañana, antes de empezar el día
 - “Por la oración, el adolescente descubre la presencia de Dios en su corazón, lo escucha, dialoga con Él, busca conocer su voluntad y recibir la fuerza para seguirla.” (Estatutos del ECYD, n. 20)
 - Se puede rezar a partir de un texto del Evangelio:
 - Fijarse en lo que Jesús hace, dice y siente y en base a eso tener una conversación con Él.
 - “Meterme” en el pasaje del Evangelio e imaginar que estoy presente en la escena del Evangelio que acabo de leer. Escuchar, ver, sentir y oler lo que una persona escucharía, vería, sentiría y olería si estuviera ahí presente.
 - Lo importante de la meditación es el encuentro de corazón a corazón con Jesús.
- Examen de conciencia.
 - Es un momento al final de mi día para repasar junto a Jesús lo que viví ese día y cuáles fueron las actitudes con las que lo viví. Es un momento para descubrir la manera en que el amor de Dios se ha hecho presente y que quizás pasó desapercibido y al mismo tiempo para revisar cómo ha sido mi propia respuesta a ese amor.
 - Se sugieren 3 pasos para el examen de conciencia:
 - Tratar de descubrir las muestras de amor de Dios en mi día y agradecerlas.
 - Repasar mi día analizando mis acciones y actitudes, viendo de qué manera respondí o no a lo que Dios me pedía en mi interior.
 - Hacer un propósito para el día siguiente.



RECURSOS



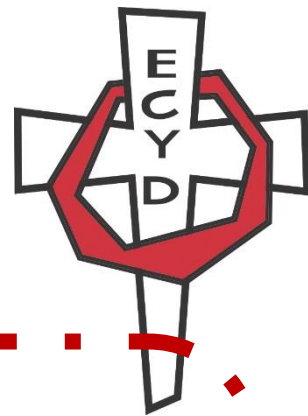
- La 4ta parte del Catecismo de la Iglesia Católica como fuente más extensa, del comendío del catecismo o del Youcat.
- Página con recursos sobre la oración.
<https://www.tweetingwithgod.com/es/content/31-por-que-tengo-que-rezar-y-como-puedo-hacerlo>
- Homilía del Papa sobre el examen de conciencia:
http://w2.vatican.va/content/francesco/es/cotidie/2018/documents/papa-francesco-cotidie_20180904_examen-conciencia.html
- App: Redescubrir el examen Es una aplicación que te guía por el examen de conciencia. <https://itunes.apple.com/us/app/redescubrir-el-examen/id1290389074?mt=8>

Textos del Papa

En este sentido, es recomendable la práctica, muy antigua «pero buena», del examen de conciencia. «Quién de nosotros a la noche, antes de terminar el día, cuando se queda solo» y en silencio, «no se pregunta: ¿qué sucedió hoy en mi corazón? ¿qué sucedió? ¿qué cosas pasaron por mi corazón?».

Es un ejercicio importante, una verdadera «gracia» que puede ayudarnos a ser buenos custodios. Porque, como recordó el Papa, «los diablos vuelven siempre, incluso hasta el final de la vida». Y para vigilar que los demonios no entren en nuestro corazón es necesario saber «estar en silencio ante nosotros mismos y ante Dios», para verificar si en nuestra casa «entró alguien» que no conocemos y si «la llave está en su lugar». El Papa concluyó diciendo que esto «nos ayudará a defendernos de muchas maldades, incluso de las que nosotros mismos podamos realizar». Papa Francisco.





Evangelios

- Mc. 11, 24: "Por eso os digo: cuando pidan algo en la oración, crean que la tienen y lo conseguirán."
- Mt. 6, 6: "Tú, en cambio, cuando ores, entra en tu habitación, cierra la puerta y ora a tu Padre que está en lo escondido. Y tu Padre que ve lo secreto, te recompensará."
- Mt. 7, 21. "No sólo los que me dicen: Señor Señor entrarán en el Reino de los cielos"
- Lc. 11: "Señor, enséñanos a orar."

Oración final y propósito de equipo

Terminar con una oración (se sugiere la oración del EGYD) y un propósito que puedan trabajar como equipo:

Señor Jesús:

Te entrego mis manos para hacer tu trabajo.

Te entrego mis pies para seguir tu camino.

Te entrego mis ojos para ver como tú ves.

Te entrego mi lengua para hablar tus palabras.

Te entrego mi mente para que tú pienses en mí.

Te entrego mi espíritu para que tú ores en mí.

Sobre todo te entrego mi corazón para que en mí ames a tu Padre y a todos los hombres.

Te entrego todo mi ser para que crezcas tú en mí, para que seas tú, Cristo, quien viva, trabaje y ore en mí. Amén.