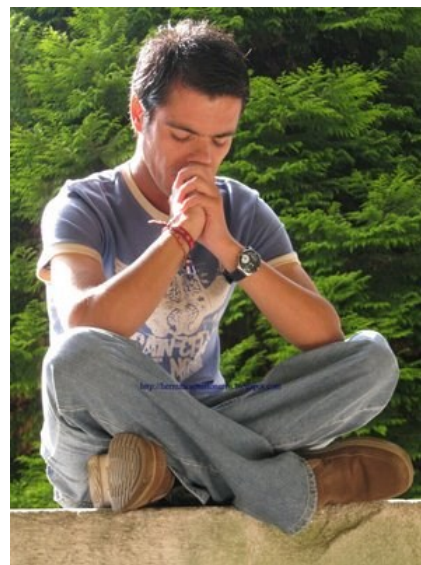


"Encuentro con Dios"



LA ORACIÓN

La Oración es un encuentro personal con Dios: la base de la vida cristiana.

Tiempo para orar			
Silenciamiento y relajación (No es oración, es preparación)	INVOCACIÓN	ORACIÓN	Oración final
llamar a Dios, para comenzar la oración.	de un método.	Padrenuestro, Ave María, etc.	

PARA ORAR BIEN: "Gotas de Amor de Dios"

- Seguro que a veces te preguntas: ¿Mi oración es buena, la hago bien, es verdadera? ¿O estoy perdiendo el tiempo?
- 1º Dios es quien reza en mí.
- Creemos que la oración depende de uno, es un error: y por eso decimos: "voy a hacer oración".
- En la oración no soy yo quien va a rezar a Dios, sino que es Dios el que viene a rezar en mí.
- 2º La oración es saber, no sentir.
- En la oración queremos sentirnos bien y cerca de Dios, porque identificamos la oración con sentirnos bien en ella. Pero una cosa son nuestros los sentimientos, y otra muy distinta la oración.
- La oración es estar con Dios, teniendo la total seguridad de que Él siempre estará con contigo, lo sientas o no.
- 3º "Gotas de Amor de Dios".
- Si echas una gota de agua en un vaso y miras dentro, la verás o no, según tus ojos y vista. Pero es seguro que la gota está dentro de él.
 - En la oración Dios siempre pone una "gota de Su Amor" en tu corazón, en tu vida, la sientas (*ver la gota*) o no.
 - Lo importante y primero es invocar a Dios, llamarlo, y seguro que viene.
 - 4º Sugierencia para orar bien.
 - Prepárate relajándote y estando un poco tranquilo y sereno.
 - Para comenzar a orar *¡ya y bien!* : Invoca a Dios, llámalo (o a la Virgen).
 - Utiliza como ayuda práctica algún método de oración que conozcas.
 - Y termina rezando una oración.
- * Ver texto completo en Google: "Gotas de Amor de Dios"

En la oración es Dios quien viene a mí, y no yo, con mucho esfuerzo, a Él.

Dos certezas:

- Dios nunca falta al encuentro, siempre que se lo pedimos Él reza en nosotros.
- La oración se vive con fe, y no siempre coincide con los sentimientos y experiencias positivas, agradables, o negativas y de frialdad.

Metodología:

- Antes de orar debemos prepararnos silenciando nuestro cuerpo-mente, relajando tensiones y olvidando preocupaciones, dejar espacio-lugar a Dios.
- La oración empieza y es buena cuando invocamos a Dios: Señor, reza en mí.

"Quiero rezar, pero no tengo ganas de rezar: rezar sin ganas, para que me vengan las ganas de rezar".

¿Cómo?:

Poco a poco, con método, dedicando "Tiempos fuertes." = Encuentro personal y exclusivo con Dios.

Problema de prioridad, de escala de valores: 1º Dios, 2º Yo, y 3º Próximo.

Jesús antes de hacer o vivir algo importante se retira a orar al Padre.

Textos bíblicos para la oración

Cuando te fallen los hombres: Salmo 27

Cuando estés en peligro: Salmo 91

Cuando estés sumamente abatido: Romanos 8,39

Cuando necesites valor para desempeñar tu labor: Josué 1

Cuando el mundo te parezca mayor que Dios: Salmo 90

Si te domina la sociedad de consumo: Mateo 6,19-34

Si eres muy amante de la tradición: Mateo 15

Si sigues al pie de la letra la Ley: 1Timoteo 1,8-11

Si estás buscando la felicidad: Mateo 5,1-12

Si sientes vergüenza de tu pecado: Lucas 15,11-32

Si quieres cumplir bien los Mandamientos: Mateo 5,21-48

Cuando parezca que Dios te ha desamparado: Salmo 139

Si te sientes solo o con miedo: Salmos 23-31-86-107-121-125 y Lucas 8,22-25

Cuando estés en situación crítica y amargada: 1Cor 13

Si estás pensando en inversiones y ganancias: Marcos 10,17-31

Cuando estés arrastrando una gran crisis en tu vida: Salmo 46

Cuando todas las cosas te salgan mal: Salmo 37

Cuando tengas sentimientos de venganza: 1Pedro 3,9 y Mateo 5,38-42

Cuando te veas dividido contigo mismo: Romanos 7

Si te sientes irritado y de mal humor: Salmos 103 y 104

Para entender la libertad: 1Corintios 10,23-33

Cuando llores la muerte de un ser querido: 1Corintios 15

Cuando tu fe y confianza en Dios se debiliten: Hebreos 11

Cuando sientas miedo a la muerte: Apocalipsis 21 y 22

Cuando estés alegre: Salmos 33-92-98-100-145-150; Lucas 1,46-56; Filipenses 4,4-7

Cuando sientas el dolor: Salmos 17-31-77-80; Mateo 5,3-12 y Juan 16,20-24

Cuando te sientas pecador: Salmos 51-106-130; Lucas 15; 19,1-10 y Juan 8

Si tienes necesidad de paz: Sal 4-34-46-85-131; Lucas 10,38-42; Efesios 2,14-18

Cuando te cansas: Salmos 4-127-128 y Mateo 11,28-30

Cuando llega la enfermedad: Salmos 6-102; Isaías 38,10-20; Mateo 26,39; Romanos 5,3-5 y Hebreos 12,1-11

Cuando Dios te parece lejano: Salmo 139; Isaías 55,6-9 y 45,15-26; Mateo 6,25-34

Cuando sientas la necesidad de dar gracias: Salmos 30-65-111-117-138; Lucas 17,11-19; Mateo 5, 25-27 y Colosenses 3, 12-17.

Cuando necesites ánimo y coraje: Salmo 139-125-144-146; Josué; 1Jeremías 1,5-10

Cuando admiras la naturaleza: Salmo 8-104-147-148

Basado en P. Ignacio Larrañaga, capuchino: "Experiencias de Dios" y "Talleres Oración y Vida"

Visita la Web religiosa de Fr. Pedro Enrique
eremitoriovocal.com