



**Bilboko
Elizbarrutia**
DIÓCESIS DE BILBAO

**JESÚS
NOS ENSEÑA
A HABLAR
CON DIOS**

SESIÓN 8

MADRES Y PADRES EN LA PARROQUIA

**Delegación de Anuncio y Catequesis
Fede- Zabalkunde eta Katekesirako Ordezkaritza**



**"Compartían todo lo
que tenían, ..."**

Hch 2, 42

1. Objetivo

- Profundizar en la experiencia de oración de Jesús, que es expresión de su relación con Dios Padre y de la que nos invita a participar.

2. Objetivos Específicos

- Descubrir la relación íntima de confianza que Jesús tiene con Dios Padre, en la que se nos revela como Hijo y de la que nos invita a participar.
- Profundizar en la experiencia de oración que tiene Jesús y descubrir cómo reza para aprender de Él.
- Descubrir la oración como experiencia fundamental de la vida cristiana y el "Padre nuestro" como el modelo de la oración.



Ideas importantes

- Jesús, con su vida y su palabra, nos descubre quién es Dios: nos revela su rostro de Dios Padre - Abbá - Aita
- Jesús nos invita a participar de su relación filial con Dios Padre.
- La oración, como relación con su Padre, es fundamental en la experiencia de Jesús. Jesús nos enseña a rezar con su experiencia y forma de hacerlo.
- El Padre Nuestro es el modelo de oración cristiana.



Material necesario

- Fotocopias de los Anexos I-IV.

Es importante dedicar tiempo a comprender la dinámica de la sesión y preparar, previamente, todo lo que vamos a necesitar.



Contenido tomado y adaptado de: Secretariados de Catequesis de Galicia, Confirmados en la fe: catequesis para la confirmación, nº1, PPC, 1996. Tema 14, p. 86-91.

A. SESIÓN PARA MADRES Y PADRES EN LA PARROQUIA



Guía de la sesión Para la catequista ...

Dividimos la sesión en cuatro momentos:

- 1ª Parte: saludo y presentación (5 minutos). Paso 1.
- 2ª Parte: desarrollo del contenido:
 - La oración en nuestra vida (10 minutos). Paso 2.
 - Jesús y la oración (20 minutos). Paso 3.
- 3º Parte: Interiorización y expresión. El Padre nuestro (20 minutos). Pasos 4 y 5.
- 4ª Parte: Para vivir en familia (5 minutos) Paso 6.



Primera Parte. Saludo y presentación.



Paso 1. Tras los saludos iniciales, dar la bienvenida a todos y crear el clima adecuado para comenzar la sesión, el acompañante presenta e introduce la cuestión que se va a abordar: la experiencia de oración que descubrimos en Jesús.

Jesús pasaba mucho tiempo predicando, acogiendo y atendiendo a las personas, sanando y curando a los enfermos... Pero esto no le impedía dedicar momentos largos a la oración, a estar con su Padre Dios, a hablar con Él.

- ¿Por qué es importante la oración para Jesús?
- ¿Cómo reza Él y qué aprendemos de su oración?



Segunda Parte. Desarrollo del contenido.

LA ORACIÓN EN NUESTRA VIDA



Paso 2. Partimos de un dialogo abierto:

- ¿A qué te suena cuando oyes hablar de "oración", de "rezar"?
- ¿Algo antiguo o trasnochado que no está de moda? ¿O algo positivo a lo que merece la pena dedicar tiempo?
- ¿Sabemos orar?
- ¿Te identificas con alguna de las actitudes que aparecen en los dibujos? ¿Qué te sugieren? (Anexo I)
- ¿Dirías que tienes experiencia de rezar? Si es así, ¿cómo describes esa experiencia?



Paso 3. **"Jesús y la oración"**. Jesús valoraba profundamente la oración; tanto en su vida como en su predicación ocupaba un lugar importante. Jesús oraba: en muchos momentos de su vida aparece rezando. En el Evangelio encontramos algunas de las oraciones que Jesús dirigió a su Padre. Vamos a fijarnos en ellas para descubrir la experiencia que expresan.



Entregamos a todos el ANEXO II y dividimos el grupo en parejas o tríos. A cada grupo de 2 ó 3 personas le pedimos que se fije en una de las citas que aparecen en el cuadro y lo complete, respondiendo a la pregunta sobre los sentimientos y experiencias que se expresan en ella.

Finalmente, ponemos en común las respuestas, completando así el cuadro. Valiéndonos de la pregunta final, intentamos sacar algunas conclusiones:

- A la luz de todo esto... ¿Qué dirías de la experiencia de oración de Jesús?
- ¿Por qué es importante para Él dedicar tiempo a rezar?

Tercera Parte. Interiorización y expresión.

EL PADRE NUESTRO

 Paso 4. Los discípulos descubren que la oración es algo muy importante para Jesús, que mantiene a través de ella una relación muy intensa con el Padre. Quieren aprender a rezar como Él y le piden que les enseñe: "Señor, enséñanos a orar" Entonces, Jesús les respondió:



"Cuando oréis, decid:
"Padre, santificado sea tu nombre,
venga tu reino;
danos cada día el pan que necesitamos;
perdónanos nuestros pecados,
porque también nosotros perdonamos
a todo el que nos ofende;
y no nos dejes caer en la tentación".

(Lucas 11,1-4)

Jesús les enseña a rezar, a dirigirse al Padre con la oración del "Padre Nuestro". Esta es la oración más importante de los cristianos. Quizá lo aprendiste desde niño, quizá lo has rezado algunas (o muchas veces) en tu vida... o quizá te suena, porque lo has oído rezar a alguien de tu familia o cuando has estado en alguna celebración, boda, funeral...

- ¿Te has parado a profundizar en el sentido de las frases que repetimos cuando rezamos el Padre Nuestro?

Vamos a intentarlo. Entregamos a todos el ANEXO III, lo vamos leyendo y lo comentamos juntos.



Paso 5: Lo más importante de la oración no es "saber" mucho, sino "tener" experiencia de rezar. Por eso, proponemos terminar el encuentro con un rato de oración, más "cuidado" y especial que en otras sesiones.

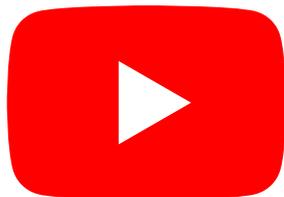
Si es posible, sería bueno que, para este rato, el grupo cambie de local y se traslade a un lugar especialmente ambientado para la oración (oratorio o capilla, el propio templo...). Si no es posible, el acompañante ambientará el lugar con algún símbolo que ayude a crear clima de oración.

La oración puede tener el siguiente guion:

- El acompañante introduce y prepara el clima adecuado para la oración. Hay que tener en cuenta que quizá algunas de las personas que participan del grupo no tengan experiencia y hábito de oración, por lo que es importante ir guiando y dando indicaciones en los distintos momentos.
- Se invita a las personas a hacer silencio, a respirar con calma, a cerrar los ojos (si no se sienten incómodos)...
- ... y desde el silencio interior, se les anima a conectar con la experiencia de confianza total en el Padre que Jesús expresa en su oración.
 - ¿Me siento yo así?
 - ¿Dejo que el Padre Dios me abrace y me sostenga en sus manos?



Invitamos a "rumiar" esa experiencia, mientras, escuchamos la canción, **"Solo en Dios descansa mi alma"**.



**Para ver el vídeo,
pulsas sobre la imagen
o escanea el código QR**



- Jesús nos enseñó a rezar con el Padre Nuestro, por eso nos dirigimos a Dios tantas veces con esas mismas palabras, con las que, además, nos sentimos unidos a cristianos y cristianas de todo el mundo y de todos los tiempos. Pero lo más importante no es "repetir" las palabras del Padre Nuestro, sino hacerlas nuestras y establecer un diálogo de confianza con Dios.
- Invitamos a que cada persona "reescriba" su Padre Nuestro, animamos a que con sus propias palabras vaya expresando lo que con cada petición del Padre Nuestro le quieren decir a Dios. Entregamos el ANEXO IV y dejamos un rato de silencio (se puede acompañar con música de fondo) para que cada uno escriba su oración, procurando que sea un tiempo de oración personal.
- Terminamos este rato de oración compartiendo algo de nuestra oración personal, el acompañante señala que compartir la oración nos une en comunidad. El acompañante dice cada una de las oraciones del Padre Nuestro e invita a que cada miembro del grupo lea la oración que ha escrito con sus palabras.
- El acompañante cierra la oración, con una acción de gracias.

Antes de despedirnos, pedimos que cada uno exprese con una palabra cómo se ha sentido en la sesión.



Cuarta Parte. Para vivir en familia.



Paso 6. Proponemos tener un rato de oración en familia, en casa, para lo que puede servir el siguiente guion. Un adulto de la familia va guiando los pasos:

- Buscamos un momento del día, de la semana, en el que estemos juntos, en familia, tranquilos y un lugar de la casa donde nos encontremos a gusto.
- Apagamos todos los ruidos de casa y ponemos una música tranquila que nos ayude a serenarnos... a respirar tranquilos.
- Apagamos también la música y con toda la casa en silencio hacemos el ejercicio de "escuchar el silencio": ¿cómo suena? ¿qué se escucha?
- Nos fijamos en nuestra respiración, ¿cómo es: rápida o lenta? ¿Siento cómo entra y sale el aire? Cerramos los ojos y hacemos unas respiraciones tranquilas y largas...
- Seguro que ahora me siento más tranquilo, más sosegado... Así, en silencio, casi podemos oír hasta los latidos de nuestro corazón. Poned la mano en el pecho para sentir cómo late...
- Y si nos miramos así, hacia dentro, descubrimos cómo nos sentimos, cómo tenemos el corazón: alegres, tristes, preocupados, enfadados, tranquilos... ¿Cómo me siento? Se lo contamos a los demás.
- Jesús hacía muchas cosas, estaba con mucha gente, atendía a quien necesitaba algo... pero también hay momentos en los que Él sólo o con alguno de sus discípulos, se retira y en silencio reza, habla con su Padre Dios. La oración le da fuerza y ánimo para seguir.
- Nosotros también, así, en silencio, desde nuestro corazón podemos sentir que Aita Dios nos quiere y nos cuida siempre. Date cuenta que está contigo, que te quiere y habla con Él, como hablas con un amigo. Cuéntale cómo te sientes, qué tal ha ido el día, háblale de las personas a las que quieres, cuéntale algo que te preocupe, pídele ayuda, dale las gracias por algo bueno que te haya pasado... habla con Él en silencio, desde el corazón, lo que quieras, Él te escucha. Dejamos un momento de silencio para la oración de cada uno y después lo compartimos: cada uno comparte con los demás algo de su oración, de lo que le ha dicho a Aita Dios.
- Los amigos de Jesús veían que para Él rezar era muy importante, por eso le pidieron que les enseñara a hablar con Aita Dios. Y Jesús les enseñó el Padrenuestro. Es la oración que Jesús nos enseñó, por eso nosotros seguimos rezándola. Rezamos juntos el Padrenuestro, fijándonos en lo que decimos.
- Terminamos este rato dándole gracias a Aita Dios porque sabemos que aunque a nosotros se nos olvide, Él está siempre con nosotros, acompañándonos y queriéndonos.

Anexo I

¿Sabemos orar?

Quizá a lo largo de nuestra vida oramos, pero muchas veces puede ser que nuestra oración no sea del todo correcta. He aquí algunas formas de orar:



¡COACCIONAR A DIOS!



¡NEGOCIAR CON DIOS!



¡ES INÚTIL INTENTAR CONVENCERLE CON RAZONAMIENTOS!



¡NO ES NECESARIO LLEVAR LA CONTABILIDAD!



SIN DISTRACCIONES



¡CON AMOR!



ACEPTANDO NUESTRAS LIMITACIONES



CONVENCIDOS DE QUE SOMOS ESCUCHADOS

Anexo II

¿CUÁNDO REZA?	¿CÓMO REZA?	¿QUÉ SENTIMIENTOS EXPRESA?
Quando vuelven de predicar sus discípulos	"Te doy gracias, Padre, señor de cielo y tierra, porque has escondido estas cosas a los sabios y entendidos y se las has revelado a la gente sencilla. Sí, Padre, así te ha parecido mejor" (Mateo 11,25)	
Antes de resucitar a Lázaro	"Padre, te doy gracias porque me has escuchado, yo sé que Tú me escuchas siempre pero lo digo por la gente que me rodea, para que crean que Tú me has enviado" (Juan 11,42)	
En la Última Cena	"Padre santo, guárdalos en tu nombre a los que me has dado, para que sean uno como nosotros... Para que todos sean uno como tú, Padre, en mí y yo en ti, que ellos también lo sean en nosotros... Padre, este es mi deseo: que los que me confiaste estén conmigo donde Yo estoy y contemplen mi gloria" (Juan 17,11.21.24)	
En el Huerto de los Olivos	"Padre mío, si es posible, que se aleje de mí este cáliz. Pero no sea como yo quiero, sino como Tú quieres... Padre mío, si este cáliz no puede pasar sin que Yo lo beba, hágase tu voluntad" (Mateo 26,39-42)	
Quando le están crucificando	"Padre, perdónales, porque no saben lo que hacen" (Lucas 23,33)	
Quando está colgado de la cruz	"Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?" (Mateo 27,46)	
En el momento de morir	"Padre, a tus manos encomiendo mi espíritu" (Lucas 23,46)	

**A la luz de todo esto... ¿qué dirías de la experiencia de oración de Jesús?
¿Por qué es importante para Él dedicar tiempo a rezar?**

Anexo III

SEÑOR, ENSEÑANOS A ORAR

PADRE	Tú quieres que nos dirijamos a ti con la confianza total de los hijos pequeños, sabiendo que nos amas.
NUESTRO	No te digo "Padre mío", porque no estoy sólo. Cuando oro, Jesús y todos los cristianos oran conmigo.
SANTIFICADO SEA TU NOMBRE	Señor, tú eres el único santo. Arranca de nosotros y del mundo todo lo malo y lo torcido. Así serás de verdad, santificado.
VENGA A NOSOTROS TU REINO	Padre, te pedimos que triunfe en el mundo el Reino del amor, de justicia y de paz que Jesús vino a traer a la tierra. Así Tú serás, de verdad el Señor de la creación entera.
HÁGASE TU VOLUNTAD EN LA TIERRA COMO EN EL CIELO	Señor, que nos comprometamos para que se cumplan en todo tus deseos y proyectos de felicidad y salvación para todas las personas.
DANOS HOY NUESTRO PAN DE CADA DÍA	Señor, que nunca nos falte el sustento necesario; que sepamos compartir los bienes que tenemos para que nadie carezca del pan de cada día.
PERDONA NUESTRAS OFENSAS, COMO TAMBIÉN NOSOTROS PERDONAMOS A LOS QUE NOS OFENDEN	Señor, gracias porque nos perdonas. También nosotros perdonamos. Ayúdanos a luchar por la reconciliación y la paz entre todas las personas.
NO NOS DEJES CAER EN LA TENTACIÓN	Señor, ayúdanos a superar los obstáculos que pueden apartarnos de ti. No permitas que el pecado nos envuelva y esclavice.
LÍBRANOS DEL MAL	Señor, que tu fuerza nos empuje, para que, mientras dure nuestra vida en este mundo, podamos vencer y triunfar sobre el poder del mal.

Anexo IV

PADRE	
NUESTRO	
SANTIFICADO SEA TU NOMBRE	
VENGA A NOSOTROS TU REINO	
HÁGASE TU VOLUNTAD EN LA TIERRA COMO EN EL CIELO	
DANOS HOY NUESTO PAN DE CADA DÍA	
PERDONA NUESTRAS OFENSAS, COMO TAMBIÉN NOSOTROS PERDONAMOS A LOS QUE NOS OFENDEN	
NO NOS DEJES CAER EN LA TENTACIÓN	
LÍBRANOS DEL MAL	