

Jornada de Fe



En breve:



- Nosotros nos ponemos en contacto con Dios a través de las oraciones personales y tradicionales.
- La finalidad del Rosario es reflexionar en el misterio de Cristo.
- Hay muchas oraciones católicas tradicionales que podemos practicar.

Prácticas y oraciones católicas

Vivimos en un mundo de activismo sin fin, por lo que encontrar tiempo para rezar o para hablar con Dios puede resultar un reto tan grande como encontrar las palabras correctas a la hora de hacerlo. Cuando no estés seguro de por dónde empezar, las oraciones comunes que aprende todo católico podrán serte de utilidad. Las oraciones memorizadas o impresas también ayudan cuando no sabemos qué decir o cuando estamos tan dispersos, que no podemos pensar con claridad. La oración de repetición ayuda a tranquilizar nuestras mentes y enfocarlas en Dios.

Otra gran ventaja de aprender oraciones de memoria es que se vuelve muy fácil rezar con otros. Si bien la conversación personal con Dios es importante, la oración en comunidad recibió de Jesús la más alta de las consideraciones. Él nos asegura que cuando dos o más se reúnen en su nombre, él ahí está (cf. Mateo 18:20).

Las siguientes son algunas de las oraciones más importantes del católico.

La oración del Señor

Padre nuestro, que estás en el cielo, santificado sea tu Nombre; venga a nosotros tu reino; hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo. Danos hoy nuestro pan 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 (Mateo 6:9-13).

La oración del Señor es la oración que Jesús enseñó a sus discípulos cuando le preguntaron cómo debían orar. Nosotros somos hijos adoptivos de Dios, por eso podemos llamarle "Padre". Nosotros no rezamos únicamente por nosotros mismos, sino por todos los miembros de la familia de Dios. Como hijos de Dios, queremos honrarlo. **Santificado** quiere decir "hacer santo"; nosotros queremos que el nombre de Dios sea honrado por todos y queremos que se cumpla el deseo de Dios para toda la humanidad. Todo lo que Jesús hizo y todo lo que enseñó era voluntad de Dios. Rezamos para contar con la ayuda y con la fuerza necesarias para cumplir la voluntad de Dios. Y la voluntad de Dios es que tengamos vida y que la tengamos en abundancia.

Aunque solo sea espiritualmente, Cristo mismo es nuestro pan de vida, nuestro pan de cada día para el gran viaje. Pedimos a Dios todo lo que necesitamos para vivir día a día. Y eso incluye que nos perdone los errores que cometemos. Nosotros reconocemos nuestro pecado, pero también reconocemos el amor misericordioso de Dios y su perdón. Si confiamos en obtener el perdón de Dios, debemos estar dispuestos a perdonar a los demás. Finalmente, pedimos estar a salvo del poder del enemigo y de los embates del mal, pues eso es algo que resulta muy dañino para la gente y para toda la creación. En la lección E6 aprenderás más cosas sobre la oración del Señor.

La señal de la cruz



En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Amén.

Hoy en día, los católicos comienzan y terminan tradicionalmente sus oraciones con la señal de la cruz, la cual proclama su fe en el misterio de la Santísima Trinidad. Al terminar con "Amén", queremos decir "sí, creemos" y confirmamos lo que dijimos antes.

El Avemaría

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.

Así como la oración del Señor, el Avemaría proviene directamente de la Escritura. Comienza con las palabras del arcángel Gabriel en Lucas 1:28 y continúa con las palabras de la prima de María, Isabel, en Lucas 1:42 "Bendita tú eres entre todas las mujeres y bendito es el fruto de tu vientre". La oración concluye con nuestra petición a María para que interceda por nosotros, pues ella es la Madre de Dios, una mujer que vivió una vida de perfecta fidelidad a Dios.

La Doxología

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 **doxología** es la oración de alabanza y gratitud a Dios. Tradicionalmente, los católicos la han llamado el "Gloria".

El Credo de los Apóstoles

El Credo de los Apóstoles encuentra sus raíces en la declaración de un antiguo Credo romano. Es una declaración básica de creencias cristianas, más sencilla que el credo Niceno-constantinopolitano, el cual resulta más detallado, aunque igual o más utilizado en la liturgia católica (ver lección E4 "El Credo Niceno").

Creo en Dios, Padre Todo poderoso, Creador del cielo y de la tierra

Hay solo un Dios, al que Jesús nos mandó llamar Padre nuestro. Dios creó todo lo que existe.

y en Jesucristo, su único Hijo, nuestro Señor,

Creemos en Jesús, quien desde toda la eternidad es el Hijo único de Dios. Jesús es nuestro Señor.

que fue concebido por obra y gracia del Espíritu Santo, nació de Santa María Virgen

La concepción de Jesús fue un milagro del Espíritu Santo, pues María permaneció virgen.

padeció bajo el poder de Poncio Pilato, fue crucificado, muerto y sepultado

El gobernador romano Pilato ordenó la ejecución de Jesús. Jesús murió y fue sepultado.

descendió a los infiernos, al tercer día resucitó de entre los muertos

Después de que murió, y antes de su resurrección el domingo después del Viernes Santo, Jesús fue con quienes habían muerto antes que él para resucitarlos también. Eso es lo que significa "infiernos".

subió a los cielos y está sentado a la derecha de Dios, padre todopoderoso

Jesús regresó al cielo para estar con su Padre.

desde allí ha de venir a juzgar a vivos y muertos

Jesús volverá a juzgar a todos en el día del juicio.

Creo en el Espíritu Santo, la Santa Iglesia Católica,

El Espíritu Santo existe. La Iglesia es santa porque Jesús es su cabeza; es Católica, lo cual significa "universal" o "de todos" sin importar el lugar o la época.

la comunión de los santos, el perdón de los pecados,

Todos nosotros —los vivos y los muertos— estamos unidos en nuestra consagración a Dios. Aún más, por la misericordia de Dios, nuestros pecados han sido perdonados para siempre.

la resurrección de la carne y la vida eterna. Amén.

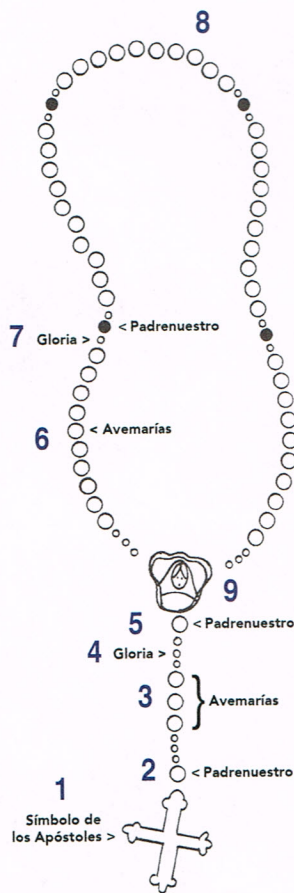
Un día todos resucitaremos con cuerpos glorificados, después de haber muerto y viviremos para siempre con Dios.

El Rosario

El Rosario es la meditación de los eventos (llamados "misterios") de la vida de Jesús y de María. Hay cuatro grupos de dichos eventos, cada uno con cinco misterios: gozosos, dolorosos, gloriosos y luminosos.

El Rosario es una excelente oración diaria y es especialmente útil cuando queremos rezar, pero nos cuesta o nos resulta muy difícil hacerlo con nuestras propias palabras. Para muchos católicos, el Rosario es una oración que aporta consuelo en los momentos difíciles.

1. Haz la señal de la cruz y recita el Símbolo de los Apóstoles.
2. Di un Padrenuestro.
3. Di tres avemarías.
4. Di un Gloria y menciona el primer misterio.
5. Di un Padrenuestro.
6. Di diez avemarías mientras meditas en el misterio en cuestión.
7. Repite los pasos 4, 5 y 6, continua con el segundo, luego con el tercero, luego con el cuarto y finalmente culmina con el quinto misterio.



Otras prácticas católicas

Bendición con el Santísimo Sacramento

Esta bendición, como su nombre lo dice, consiste en el acto de bendecir al pueblo. En este caso el pueblo es bendecido con la Sagrada Hostia (la Eucaristía se muestra contenida en la custodia, un recipiente construido con metales preciosos de tal manera que queda a la vista la hostia consagrada). La bendición comienza con algunas lecturas de la Escritura, algunos himnos y demás oraciones, además de un momento de adoración. La bendición se centra en el misterio de la presencia de Cristo en la Eucaristía.

La bendición

Consiste en poner a una persona o un objeto bajo el cuidado de Dios, o dedicar una persona o una cosa al servicio de Dios. Este tipo de bendición sencilla a menudo se realiza con la señal de la cruz, algunas veces incluye el uso del agua bendita. La Iglesia cuenta también con un gran número de bendiciones específicas para diversos usos y ocasiones.

La contemplación

La contemplación es una forma de oración silenciosa y meditativa en la que una persona permanece en el conocimiento y en el amor de Dios.

Obras de misericordia corporal y espiritual

Estas 14 obras tienen su fundamento en la Escritura. Las obras corporales de misericordia son: alimentar al hambriento, dar de beber al sediento, vestir al desnudo, visitar al encarcelado, cobijar al que no tiene techo, visitar al enfermo y sepultar a los muertos. Las obras espirituales de misericordia son: aconsejar al que duda, instruir al ignorante, amonestar a los pecadores, confortar al afligido, perdonar las ofensas, soportar con paciencia los defectos ajenos y rezar por los vivos y por los muertos.

El ayuno y la abstinencia

Ayunar implica no comer entre comidas y comer menos en las comidas principales. El ayuno es requerido solo el Miércoles de Ceniza (el primer día de Cuaresma) y también el Viernes Santo. Deben practicarlo quienes gozan de buena salud y están entre las edades de 18 a 59 años. La abstinencia implica abstenerse de comer carne. La abstinencia es obligatoria el Miércoles de Ceniza, el Viernes Santo y todos los viernes de Cuaresma para aquellos que gozan de buena salud y tienen 14 años o más.

La genuflexión

Consiste en el acto de doblar una rodilla apoyándonos en ella al llegar a nuestra banca en la iglesia o al cruzar ante el Sagrario. Es un acto de reverencia por la presencia de Jesús en la Eucaristía.

El retiro

Un retiro es un período dedicado a la oración, a la reflexión y a la soledad. Su propósito es profundizar en nuestra relación con Dios.

Los sacramentales

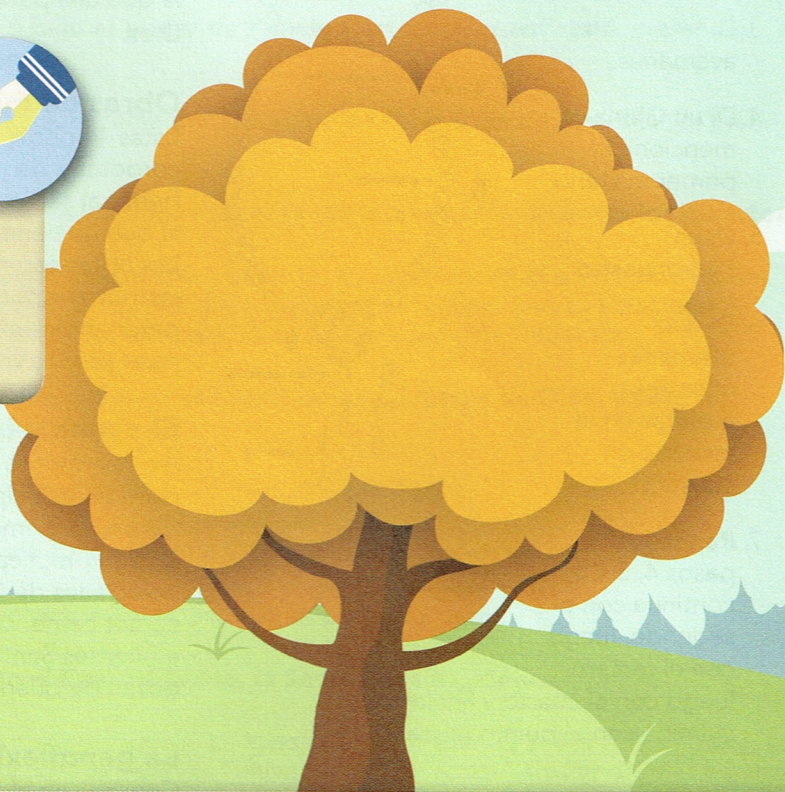
Estos son signos y símbolos sagrados que nos ayudan a darle relevancia a nuestra fe. Algunos ejemplos de sacramentales son las palmas benditas, las cenizas, los cirios, las medallas y el agua bendita.

Haz una lista en grupo de otras oraciones y prácticas de las que has oído hablar o que has practicado y que aún no entiendes. Si tienes tiempo, discute o investiga su origen en clase. Si lo anterior no es posible, escoge una o dos para investigar sobre ellas junto con tu padrino.

¿Te identificas con alguna de las oraciones expuestas en esta lección?



¿Alguna de ellas te resulta confusa o intimidante? ¿Por qué?



Jornada de fe para adolescentes: Preguntas, P8 (826986)

Imprimi Potest: Stephen T. Rehrauer, CSsR, Provincial de la Provincia de Denver.

Imprimatur: "Conforme al C. 827, Mons. Edward Rice, obispo auxiliar de St. Louis, concedió el Imprimatur para la publicación de este libro el 11 de marzo de 2016. El Imprimatur es un permiso para la publicación que indica que la obra no contiene contradicciones con las enseñanzas de la Iglesia Católica, sin embargo no implica la aprobación de las opiniones que se expresan en ella. Con este permiso no se asume ninguna responsabilidad".

Autor P. Dave Heney; imágenes: Shutterstock; edición del 2016: Theresa Nienaber y Pat Fosarelli, MD, DMin; Arte/Diseño de Lorena Mitre Jiménez. Coordinación editorial en español de Gabriel Hernández © Copyright 1993, 2005, 2016 Libros Liguori, Liguori, MO 63057. www.liguori.org. Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta obra puede ser reproducida, distribuida, almacenada, transmitida o publicada en ningún medio sin previo permiso por escrito. Publicado con licencia eclesiástica. Textos de la Escritura tomados de la *Biblia de Jerusalén Latinoamericana*, Desclee de Brouwer, Bilbao, España. Todos los derechos reservados. Los textos del Catecismo de la Iglesia Católica y demás textos pontificios fueron tomados con permiso de *Libreria Editrice Vaticana*; versión en español.

 **LIBROS
LIGUORI**

Impreso en los Estados Unidos de América.
20 19 18 17 16 / 5 4 3 2 1. Tercera edición.