

## Invierte en tu salud espiritual: *Disciplinados en la oración*

RESUMEN DE LA LECCIÓN	
<p><b>Notas para el facilitador:</b></p>	<p><b>Me pregunto...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ¿Qué es la oración?</li> <li>➤ ¿Cómo oraba Jesús?</li> <li>➤ ¿Cómo puedo profundizar mi relación con Dios a través de mis oraciones?</li> </ul> <p><b>Yo creo...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La oración es una oportunidad dada por Dios para que los seres humanos se comuniquen con Él (Catecismo PyR, pregunta 715).</li> <li>➤ Jesús oró con regularidad y de manera auténtica buscando una conexión con Su Padre.</li> <li>➤ La oración fortalece la fe y la confianza en Dios, y brinda la certeza de la protección en Dios (Catecismo PyR, pregunta 728).</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Biblia</li> <li>➤ Catecismo PyR</li> <li>➤ Papel cuadriculado o pizarra y plumones</li> </ul> <p><b>Referencias:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Biblia:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Elementos de una oración</i>: 1 Crónicas 29:10-14, Salmo 51, Colosenses 4:2, 1 Juan 1:9</li> <li>○ <i>Jesús ora</i>: Mateo 26:39, Lucas 5:16, Lucas 9:28, Lucas 11:5-13, Lucas 18:1-8, Lucas 18:10-14, Juan 17</li> <li>○ <i>Otros</i>: Mateo 6:8-13, Juan 16:23, Hechos 2:24-26, Romanos 8:14-17 and 26-27, 2 Corintios 12:7-9, 1 Juan 5:14-15</li> </ul> </li> <li>➤ Catecismo PyR, preguntas: 630-642, 715-720, 722-728</li> </ul>
MENSAJE PREVIO A LA LECCIÓN PARA PADRES Y ESTUDIANTES (POR EMAIL O MENSAJE DE TEXTO)	
	<p>«La oración es un intercambio genuino con Dios». ¿Qué significa eso? Esta semana estaremos hablando de la disciplina de la oración. Acompáñanos mañana para nuestro grupo pequeño a las _____.</p>
MENSAJE PARA LOS PADRES DESPUÉS DE LA LECCIÓN (POR EMAIL O MENSAJE DE TEXTO)	
<p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Por favor, mantén intacto el mensaje principal, pero siéntete libre de agregar información local según sea necesario.</li> </ul>	<p>Queridos padres:</p> <p>Esta semana, las preguntas «me pregunto...» son sobre la oración. Dedicen tiempo esta semana a conversar con su estudiante sobre lo que piensan acerca de la oración: ¿Con qué frecuencia oran personalmente? ¿Con qué frecuencia oran en familia? ¿Qué los impulsa a orar? ¿Por qué creen que es importante orar?</p> <p>Como siempre, si tienen alguna pregunta sobre el tema, no duden en contactarnos. Sus líderes de juventud</p>

**REFLEXIONES SOBRE LA PRÉDICA DEL DOMINGO (hasta 10 minutos)**

<p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Permite que 2 o 3 estudiantes compartan sus reflexiones. En grupos más grandes, varía quién comparte de semana a semana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ¿Qué versículo bíblico se utilizó como base de la prédica del domingo pasado?</li> <li>➤ ¿Cuáles fueron algunas de las principales enseñanzas? ¿Qué aprendieron?</li> <li>➤ En lo que va de esta semana, ¿cómo han aplicado lo que aprendieron en la prédica del domingo pasado?</li> <li>➤ ¿Cómo aplicarán de ahora en adelante lo que aprendieron de la prédica del domingo pasado?</li> </ul>
---	---

**INTRODUCCIÓN (hasta 10 minutos)**

<p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Permite que 2 o 3 estudiantes compartan sus reflexiones. En grupos más grandes, varía quién comparte de semana a semana.</li> <li>➤ Ten a la mano una hoja grande de papel y plumones listos para escribir.</li> <li>➤ Para obtener información adicional sobre el Padre Nuestro, consulta el Catecismo PyR, preguntas 630-642.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ¿Cómo están y cómo se sienten hoy?</li> <li>➤ ¿A quién le gustaría compartir su punto para reflexionar o la llamada a la acción de la semana pasada?</li> <li>➤ <b>El Padre Nuestro.</b> Escribe las frases del Padre Nuestro (como se enlistan a continuación y se encuentran en Mateo 6:9-13). Luego conversa con el grupo sobre qué significa cada frase para los estudiantes y anota sus respuestas. Revisa las siguientes sugerencias y luego responde la pregunta en la parte inferior.             <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Padre nuestro.</b> <i>Dios nos ha adoptado en Su familia a través de Cristo (Romanos 8:14-17).</i></li> <li>• <b>Santificado sea tu nombre.</b> <i>Adoración de la santidad de Dios, un recordatorio de que debemos tener una actitud adecuada y respeto por el nombre de Dios.</i></li> <li>• <b>Venga tu reino.</b> <i>Debemos vivir como ciudadanos del reino de Dios ya hoy: ¡Jesús es el Rey en nuestras vidas!</i></li> <li>• <b>Hágase tu voluntad.</b> <i>Podemos hablar con Dios sobre lo que queremos, pero debemos confiar en que Él dará la respuesta que sea mejor para nosotros.</i></li> <li>• <b>El pan nuestro de cada día, dánoslo hoy.</b> <i>Dependemos de Dios y le pedimos que provea para nuestras necesidades día a día.</i></li> <li>• <b>Y perdónanos nuestras deudas, como también nosotros perdonamos a nuestros deudores.</b> <i>Somos pecadores y necesitamos confesar nuestros pecados en arrepentimiento a Dios porque necesitamos Su perdón y Su fuerza para ayudarnos a perdonar a los demás.</i></li> <li>• <b>No nos metas en tentación, mas líbranos del mal.</b> <i>Le pedimos a Dios que no nos lleve a un lugar de prueba (podemos encontrar ejemplos en las Escrituras, como Abraham y Jesús), y que nos proteja de las tentaciones del maligno.</i></li> <li>• <b>Tuyo es el reino, y el poder, y la gloria, por todos los siglos.</b> <i>Estas frases devuelven nuestro enfoque a Dios. Su reino no tiene fin, Él posee todo el poder en el cielo y en la tierra, Su gloria es para siempre.</i></li> <li>• <b>Amén.</b> <i>¡Que así sea! Ahora tengo que cambiar para vivir de una manera coherente con mi oración.</i></li> </ul> </li> <li>➤ ¿Qué nos enseña esta oración? ¿Por qué crees que la decimos colectivamente todos los domingos?</li> </ul>
--	---

**SENTANDO LAS BASES (1 minuto)**

<p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Repasa las preguntas «me pregunto» con los estudiantes.</li> </ul>	<p><b>Me pregunto...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ¿Qué es la oración?</li> <li>➤ ¿Cómo oraba Jesús?</li> <li>➤ ¿Cómo puedo profundizar mi relación con Dios a través de mis oraciones?</li> </ul>
--	---

**LECCIÓN (hasta 25 minutos)**

<p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>En cada uno de los elementos, puedes leer las respuestas del Catecismo PyR con tus alumnos para obtener más información.</li> <li>En <i>1 Crónicas 29:10-14</i>, David nos da un maravilloso ejemplo de adoración al comienzo de su oración. Léanla juntos y conversen acerca de todos los atributos de Dios sobre los que ora David.</li> <li>Lean juntos Colosenses 4:2. ¿Qué nos enseña este breve versículo acerca de la oración? ¿Qué significa orar por todo «con acción de gracias»?</li> <li>El Salmo 51 es un hermoso ejemplo de una oración de confesión. Léanlo juntos. Platiquen sobre cómo podrían usar algunas de las mismas palabras en sus propias oraciones.</li> </ul>	<p><b>Pregunta para el estudiante #1 ¿Qué es la oración?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La oración es una posibilidad que Dios brinda al hombre para comunicarse con Él. En la oración, el creyente experimenta que Dios está presente, que Dios escucha y Dios responde (Catecismo PyR, pregunta 715).</li> <li>➤ «La oración es un intercambio genuino con Dios» (AM Schneider). No es solo nosotros hablando con Dios, sino que es un intercambio, una conversación. ¿Por qué es esto importante?</li> <li>➤ La oración es necesaria para nuestra fe (Catecismo PyR, pregunta 716). En la oración, experimentamos que Dios es un Padre amoroso que brinda fuerza y apoyo. La oración otorga percepción y conocimiento de la naturaleza de Dios.</li> <li>➤ Cuando no sabemos por qué orar, el Espíritu Santo nos ayuda (Romanos 8:26-27).</li> </ul> <p><b>Pregunta para el estudiante #2 ¿Cuáles son los diferentes elementos de una oración?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Los elementos de una oración que se emplean comúnmente son adoración, agradecimiento, petición, confesión e intercesión (Catecismo PyR, preg. 723).</li> <li>➤ Si bien cada oración no necesita tener todos estos elementos, nos brindan una cierta base sobre la cual construir; exploremoslos un poco más de cerca.             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Adoración:</b> Aquí es donde debemos comenzar. Decirle a Dios lo que amas de Él y lo que Él significa para ti te coloca en la perspectiva correcta. Centra nuestra atención en con quién estamos hablando (Catecismo PyR, pregunta 724).</li> <li>○ <b>Agradecimiento:</b> Cuando oramos debemos dar gracias por todo lo que nos ha sido dado por la bondad de Dios (Catecismo PyR, pregunta 725).</li> <li>○ <b>Petición:</b> volverse a Dios en petición deja en claro que Él es a quien podemos acudir en todas las situaciones. Todas las dificultades son iguales para Dios, por grandes que nos parezcan. Él no es distante ni indiferente a Su creación, sino que nos acompaña y nos protege (Catecismo PyR, pregunta 726).</li> <li>○ <b>Confesión:</b> 1 Juan 1:9, «<i>Si confesamos nuestros pecados, Él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad</i>». Debemos confesar nuestros pecados a Dios en oración, posiblemente incluso todos los días, y pedir Su perdón.</li> <li>○ <b>Intercesión:</b> ¡No estamos solos! Dios nos creó en relación con quienes nos rodean. Las intercesiones son expresiones de nuestro amor por nuestro prójimo (Catecismo PyR, pregunta 727). La oración de intercesión de Jesús registrada en Juan 17 nos muestra cómo se acercó a Su Padre celestial como un abogado en nombre de los apóstoles y la iglesia (Catecismo PyR, pregunta 720).</li> </ul> </li> </ul>
--	--

- Lean Lucas 11:5-13. El «amigo» en esta parábola no parece ser un gran amigo, ya que al principio es demasiado flojo o tiene demasiado sueño para levantarse y ayudar. Al principio, esto puede parecer una comparación extraña con nuestras oraciones a Dios, pero lean hasta el versículo 13, donde Jesús dice: «¡cuánto más dará el Padre celestial!». ¿Qué nos dice esto acerca de Dios? ¿Qué aprendemos de las comparaciones de Jesús entre Dios y el amigo o el padre en estos versículos?

**Pregunta para el estudiante #3 ¿Cómo oraba Jesús?**

Jesús oraba auténticamente y de manera regular buscando una conexión con Su Padre (Catecismo PyR, preguntas 718-719). Podemos encontrar muchos ejemplos de Sus oraciones en las Escrituras:

- Jesús oraba solo y con frecuencia - *Lucas 5:16*
- Jesús oraba por los demás – *Juan 17*
- Jesús oraba con los demás – *Lucas 9:28*
- Jesús enseñó la persistencia en la oración – *Lucas 18:1-8, Lucas 11:5-13*
- Jesús enseñó la humildad en la oración – *Lucas 18:10-14*
- Jesús puso la voluntad de Dios por encima de Sus peticiones – *Mateo 26:39*

**Pregunta para el estudiante #4 ¿Cómo puedo profundizar mi relación con Dios a través de mis oraciones?**

- La oración fortalece la fe y la confianza en Dios, y brinda la certeza de la protección en Dios (Catecismo PyR, pregunta 728).
- La oración nos ayuda a resistir el mal. Jesús oró a menudo cuando se enfrentó a dificultades y nosotros podemos hacer lo mismo.
- Al terminar nuestras oraciones con las palabras «en el nombre de Jesús» reconocemos nuestra indignidad para recibir el favor de Dios y nuestra total dependencia de Jesucristo (*Juan 16:23, 1 Juan 5:14-15*). Cuando oramos en el nombre de Jesús, tenemos que pensar, ¿es esto algo por lo que Jesús abogarí en mi nombre? ¿Es esto algo por lo que Jesús oraría?
- Dios no contesta cada oración como o cuando pensamos que debería hacerlo. Pablo escribió en *2 Corintios 12:7-9* que oraba a menudo para que le quitaran «un aguijón» y Dios no se lo quitó. **Conforme vamos madurando y creciendo en nuestra relación con Dios, y aprendemos más acerca de Él, más podremos confiar en Su amor y sabiduría, incluso cuando no entendamos Sus acciones.**
- Nuestra postura interior y exterior cuando oramos: (Cat. PyR, preg. 722)
  - *Juntar nuestras manos*: esto significa que hemos cesado otra actividad y estamos enfocados completamente en Dios.
  - *Arrodillarnos*: esto significa humillarnos ante Dios.
  - *Cerrar nuestros ojos*: esto significa nuestra intención de mantenernos libres de distracciones.
- Quizás cuando somos niños, nuestras oraciones se enfocan mucho en nosotros mismos, en lo que queremos o necesitamos. Orar a través de los Salmos es un ejercicio que puede ayudarnos a enfocar nuestras oraciones en Dios. Salmos ha sido un libro de oración para el pueblo de Dios desde la época de David (Catecismo PyR, pregunta 717). En *Hechos 2:24-26* vemos un ejemplo de los primeros cristianos orando los Salmos y Jesús mismo citó Salmos cuando clamó en la cruz a Su Padre. Hay algunas maneras en que puedes hacer esto:
  - Elige un Salmo y comienza a leerlo, haz una pausa en cada versículo y conviértelo en una oración. Esto es más fácil o más difícil dependiendo del Salmo que elijas, pero, por ejemplo, si lees «*El Señor es mi Pastor...*» esas pocas palabras podrían

	<p>llevarte a orar en agradecimiento por la guía y provisión de Dios en tu vida. O tal vez hay un tema específico sobre el que necesitas orientación esta semana. O podrías orar por la fuerza para someter tu vida a Dios como una oveja lo hace con un pastor. O tal vez recientemente has sentido la protección de Dios y podrías traer alabanza y acción de gracias por esos momentos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El método "RAS": <b>Regocijarse, Arrepentirse, Solicitar</b>. Lee un pasaje más largo (quizás un capítulo completo de los Salmos) y hazte estas tres preguntas: (1) ¿Qué aspecto de este pasaje te da una razón para <b>regocijarte</b>, para dar gracias y alabar? (2) ¿Hay algo en el pasaje que revele un pecado en tu vida que debería llevarte al <b>arrepentimiento</b>? (3) ¿Te impulsa el pasaje a hacer una <b>petición</b> a Dios para ti o para otros?</li> </ul>
--	--

**¿QUÉ HAY EN ELLO PARA MÍ? (hasta 10 minutos)**

<p><b>Notas para el facilitador:</b></p>	<p><b>Dedica algún tiempo a conversar sobre las siguientes preguntas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué deberías comenzar y terminar tu día en oración?</li> <li>• ¿Por qué orar antes de una comida?</li> <li>• ¿Cómo puedes convertir tus oraciones en una conversación más continua con Dios?</li> </ul> <p><b>Concluye con las preguntas «Me pregunto...»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pide a un alumno que lea una pregunta «Me pregunto...» e invita a otro alumno a que responda con una declaración «Yo creo...» con sus propias palabras.</li> <li>➤ Mientras repasan cada pregunta y respuesta, haz una pausa y asegúrate de que no haya malentendidos o malinterpretaciones en el grupo.</li> <li>➤ Recuérdales a los estudiantes que, en su día de Confirmación, ellos prometerán o ya han prometido y se han comprometido a entregarse a Dios en fe y obediencia.</li> </ul> <p><b>Me pregunto...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ¿Qué es la oración?</li> <li>➤ ¿Cómo oraba Jesús?</li> <li>➤ ¿Cómo puedo profundizar mi relación con Dios a través de mis oraciones?</li> </ul> <p><b>Yo creo...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La oración es una oportunidad dada por Dios para que los seres humanos se comuniquen con Él.</li> <li>➤ Jesús oró con regularidad y de manera auténtica buscando una conexión con Su Padre.</li> <li>➤ La oración fortalece la fe y la confianza en Dios, y brinda la certeza de la protección en Dios.</li> </ul>
--	--

**Para reflexionar...**

*«Solía orar para que Dios alimentara a los hambrientos, o hiciera esto o aquello, pero ahora oro para que Él me guíe para hacer lo que se supone que debo hacer, lo que puedo hacer. Solía orar por respuestas, pero ahora oro por fortaleza. Solía creer que la oración cambia las cosas, pero ahora sé que la oración nos cambia a nosotros y nosotros cambiamos las cosas». - Madre Teresa*

**Una llamada a la acción...**

En la próxima semana, dedica tiempo a orar mediante un Salmo. Escribe los versículos que lees y escribe tu oración a Dios a lado de ellos. Tómate un tiempo para reflexionar después de tu oración: ¿en qué se diferenció esta oración de tu oración de la semana pasada? ¿Orar a través de un pasaje de las Escrituras te ayudó a concentrarte más en Dios?

**Reflexiones semanales**

¿Qué versículo de la Biblia se usó como la base de la prédica del domingo pasado?

---

¿Cuáles fueron algunos de los aprendizajes principales? ¿Qué aprendiste?

---

---

---

---

---

---

En lo que va de esta semana, ¿cómo has aplicado lo que aprendiste de la prédica del domingo pasado?

---

---

---

---

---

---

De ahora en adelante, ¿cómo aplicarás lo que aprendiste de la prédica del domingo pasado?

---

---

---

---

---

---

**Para reflexionar.....**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Llamada a la acción.....**

---

---

---

---

## Invierte en tu salud espiritual: *Disciplinados en la oración*

<p><b>Me pregunto...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ¿Qué es la oración?</li> <li>➤ ¿Cómo oraba Jesús?</li> <li>➤ ¿Cómo puedo profundizar mi relación con Dios a través de mis oraciones?</li> </ul>	<p><b>Yo creo...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ La oración es una oportunidad dada por Dios para que los seres humanos se comuniquen con Él.</li> <li>➤ Jesús oró con regularidad y de manera auténtica buscando una conexión con Su Padre.</li> <li>➤ La oración fortalece la fe y la confianza en Dios, y brinda la certeza de la protección en Dios.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Referencias bíblicas:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Elementos de una oración:</i> 1 Crónicas 29:10-14, Salmo 51, Colosenses 4:2, 1 Juan 1:9</li> <li>○ <i>Jesús ora:</i> Mateo 26:39, Lucas 5:16, Lucas 9:28, Lucas 11:5-13, Lucas 18:1-8, Lucas 18:10-14, Juan 17</li> <li>○ <i>Otros:</i> Mateo 6:8-13, Juan 16:23, Hechos 2:24-26, Romanos 8:14-17 and 26-27, 2 Corintios 12:7-9, 1 Juan 5:14-15</li> </ul> </li> <li>➤ <b>Catecismo PyR, preguntas:</b> 630-642, 715-720, 722-728</li> </ul>	

1. ¿Qué es la oración?

---



---

2. ¿Cuáles son los diferentes elementos de una oración?

---



---

3. ¿Cómo oraba Jesús?

---



---

4. ¿Cómo puedo profundizar mi relación con Dios a través de mis oraciones?

---



---

**Para reflexionar:** *«Solía orar para que Dios alimentara a los hambrientos, o hiciera esto o aquello, pero ahora oro para que Él me guíe para hacer lo que se supone que debo hacer, lo que puedo hacer. Solía orar por respuestas, pero ahora oro por fortaleza. Solía creer que la oración cambia las cosas, pero ahora sé que la oración nos cambia a nosotros y nosotros cambiamos las cosas».* - Madre Teresa

**Llamada a la acción:** En la próxima semana, dedica tiempo a orar mediante un Salmo. Escribe los versículos que leas y escribe tu oración a Dios a lado de ellos. Tómame un tiempo para reflexionar después de tu oración: ¿en qué se diferenció esta oración de tu oración de la semana pasada? ¿Orar a través de un pasaje de las Escrituras te ayudó a concentrarte más en Dios?