

4

LA ORACIÓN EN FAMILIA



4.1 La familia como escuela de oración

En numerosas ocasiones el Magisterio recuerda la importancia de la oración en familia y recuerda como las primeras enseñanzas recibidas en la infancia son decisivas y permanecen en la vida cotidiana, incluso cuando se crece. La familia, dentro de la cual el niño aprende a dar los primeros pasos y a decir las primeras palabras, como “mamá” o “papá”, “gracias” y “por favor”, representa también el lugar para enseñar a orar y a decir “gracias” al Señor. Creciendo, practicará la oración siguiendo el ejemplo de los papás, aprendiendo a confiarse en el Señor incluso en los momentos más difíciles, seguro de su ayuda.

En la Exhortación Apostólica *Amoris Laetitia*, el Papa Francisco recuerda que «los momentos de oración en familia y las expresiones de la piedad popular pueden tener mayor fuerza evangelizadora que todas las catequesis y que todos los discursos» (Ex. Ap. *Amoris Laetitia* [AL], 19 de marzo de 2016, n. 288), concluyendo que «solo a partir de esta experiencia, la pastoral familiar podrá obtener que las familias sean al mismo tiempo Iglesias domésticas y fermento evangelizador en la sociedad» (AL, n. 290).

San Juan Pablo II, en la Exhortación Apostólica *Familiaris Consortio*, reconocía la importancia de la oración compartida en familia, pues «en la familia, de hecho, la persona humana no solo viene generada y progresivamente introducida, mediante la educación, en la comunidad humana, sino que, mediante la regeneración del bautismo y la educación de la fe, ella viene introducida también en la familia de Dios, que es la Iglesia» (FC, n. 15).

3.2 Ejemplos de oración familiar

4.2.1 En la mesa antes y después de los alimentos

Uno de los principales lugares de reunión familiar es seguramente al compartir al menos una comida al día. Este momento podría ser una pequeña pero significativa ocasión para orar juntos en la familia, agradeciendo al Señor por lo recibido y orando por los más necesitados. Los niños pueden aprender así, que el pan cotidiano, que pedimos en la oración del Padre Nuestro, no es solamente un concepto abstracto, sino una petición concreta que hacemos como hijos a nuestro Padre. El alimento que se come juntos, es una gracia recibida del Señor por medio de la providencia, que nos acompaña en todos los momentos de nuestra vida. Ofrecemos, a continuación, unas oraciones que cada familia puede adaptar según su propia sensibilidad.

• **Antes de los alimentos**

«Padre Santo, te agradecemos por estos alimentos, haz que también podamos nutrirnos cotidianamente al hacer tu voluntad. Te pedimos por los pobres que no lo tienen: dales lo necesario para que vivan como tú quieres. Amén».

• **Después de los alimentos**

«Te agradecemos, Señor, por todos tus beneficios: haz que podamos aprovecharlos siempre para el bien. Por Cristo nuestro Señor. Amén».

4.2.2 La oración al iniciar y al terminar el día

Otra ocasión favorable para la oración en familia es el momento en el cual los niños deben ir a dormir. Orar al Señor por el día

que concluye, por los familiares enfermos, o incluso solo agradecer por la tarde dedicada a jugar con los amigos, ayuda al niño a reconocer las gracias recibidas del Señor en ese día. Sería bueno poder concluir estas oraciones con el intercambio de la paz entre los hermanos, para así no ir a dormir enojados por lo sucedido en la jornada, siguiendo así la sugerencia que le gusta repetir al Papa Francisco: ¡no terminen nunca el día sin hacer las paces!

Uno de los más bellos ejemplos de este tipo de oración se encuentra en las que son llamadas comúnmente las «Oraciones del Buen Cristiano», es decir, aquellas oraciones que entraron a formar parte de la tradición cristiana de los últimos siglos y que muchos de nosotros hemos podido recibir como don de los abuelos o de otros familiares.

- **Oración de la mañana**

«Te adoro, Dios mío, y te amo con todo el corazón. Te agradezco por haberme creado, hecho cristiano y conservado en esta noche. Te ofrezco las acciones de la jornada, haz que sean todas según tu santa voluntad y para tu mayor gloria. Presérvame del pecado y de todo mal. Que tu gracia esté siempre conmigo y con todos los que quiero. Amén».

- **Oración de la noche**

«Te adoro, Dios mío, y te amo con todo el corazón. Te agradezco por haberme creado, hecho cristiano y conservado en este día. Perdóname el mal cometido hoy y, si he realizado algún bien, acéptalo. Custódiame en el descanso y líbrame de los peligros. Que tu gracia esté siempre conmigo y con todos los que quiero. Amén».

Unidamente a hacer juntos estas y otras oraciones – como

el *Padre Nuestro*, *Ave María*, *Gloria*, el *Ángel de Dios* y el *Eterno descanso*, o el rezo de una o más decenas del Santo Rosario o de la Corona de la Divina Misericordia – se puede invitar a los más pequeños a entrar en relación con el Señor a través de una oración espontánea, una oración que venga del corazón. De este modo, los pequeños aprenden a dialogar con Jesús, a convertirse en verdaderos y propios amigos del Señor, confiando a Él sus propias necesidades, deseos y preocupaciones.

4.2.3 *El domingo con el rezo de Laudes*

Las *Laudes* dominicales con la lectura de un breve pasaje del Evangelio, explicado por los papás, podría ofrecer una ocasión propicia no solo para orar juntos, sino también para compartir las actividades de la semana a la luz de la Palabra de Dios.

San Juan Pablo II señaló en la Exhortación Apostólica *Familiaris Consortio* que «la familia cristiana vive su tarea profética acogiendo y anunciando la Palabra de Dios: se convierte así, cada día más, en comunidad creyente y evangelizadora» (FC, n. 51).

- Para la oración de *Laudes* matutinas, puede ser una sugerencia útil la distribución de los roles para recitar las antífonas, los salmos, la lectura bíblica, etc., favoreciendo de este modo involucrar a todos, incluso los más pequeños.
- Los papás podrían dedicar un pequeño espacio para explicar las lecturas escuchadas. Para hacer esto, se pueden encontrar algunas conexiones con la vida cotidiana en la familia o en la escuela, mostrando como el Evangelio y la Palabra de Dios son palabras de vida verdadera que ofrecen luz y nos acompañan en todas las actividades de nuestras jornadas.

- Si algún miembro de la familia sabe tocar un instrumento musical y acompañar el rezo de *Laudes* con cantos y con melodías apropiadas, sería una forma maravillosa de hacer que la oración involucrara a todos más aún, haciendo nuestro el espíritu con el cual fueron compuestos los salmos, los himnos y los cánticos espirituales.
- Finalmente, una práctica muy edificante, sobre todo para los más pequeños, podría ser la de leer juntos brevemente la vida del santo del día, explicando “por qué” llegó a ser santo y mostrando que se puede pedir su intercesión y protección, especialmente en el día a él dedicado.

