

PARTE I: Enséñanos a Orar | Lo básico y El Padre Nuestro



Fecha

@October 26, 2022

Recuerda que estaremos empezando a las 7:05 pm en punto.

EMPIECEN EN ORACIÓN Y ADORACIÓN.

Ore ud o pídale a alguien que dirija una oración **pidiéndole al Espíritu Santo que dirija y guíe su tiempo juntos.**

HABLEN DE LA ENSEÑANZA DEL DOMINGO

- ¿Sientes que la oración es una fortaleza o una debilidad en tu aprendizaje de Jesús?
- ¿La oración se siente difícil para ti? Si es así, ¿por qué crees que es así el caso?
- ¿Qué expectativas tienes con esta nueva práctica? ¿Sobre qué áreas de la oración esperas aprender más?
- ¿La idea de la oración como **“una vida con Dios”**, más que solo pedir cosas, es algo que habías pensado sobre la oración o no?
- ¿Cuál crees que será tu mayor desafío con esta práctica?

LEA ESTE RESUMEN.

Seamos honestos, para la mayoría de nosotros, la oración es un punto débil en nuestro aprendizaje a Jesús. La mayoría de nosotros realmente no disfrutamos de la oración. Nos sentimos mal, incluso culpables, por lo poco que oramos. Cuando finalmente hacemos tiempo para orar, a menudo no sabemos qué decir. O estamos tan distraídos que no podemos concentrarnos.

Sin embargo, para Jesús, la oración era fundamental para la vida con Dios. La mayoría de las personas definen la oración como “hablar con Dios”. La oración es una conversación de ida y vuelta que surge de una relación profunda.

Es por eso que la oración fue una parte tan importante de la vida de Jesús. **Leemos que “a menudo se retiraba a lugares solitarios y oraba”. (Lucas 5:16)** Y para Jesús, la oración no era una tarea más o un deber. Jesús parece disfrutar genuinamente de la compañía de su Padre. Probablemente por eso los discípulos le pidieron a Jesús: **“Enséñanos a orar”. (Lucas 11:1).** La respuesta de Jesús fue “la oración del Señor”, **que no era una liturgia para recitar, sino un modelo a seguir cuando oras.**

Nuestra práctica de la oración comenzará allí. Esta semana, estableceremos un tiempo y un lugar para orar, y oraremos a través del Padrenuestro. Es un ejercicio fácil que puedes hacer en dos minutos o en dos horas. **El punto principal de esta semana es simplemente entrar en el ritmo de la oración diaria.**

LEAN A LA BIBLIA JUNTOS.

Pídale a alguien que alguien lea Lucas 11:1-4 (Luke 4:1-4)

Hablen acerca de las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te hace sentir el hecho de que las personas que pasaron más tiempo con Jesús no sabían orar?
- ¿En que te ayuda el saber que el Padrenuestro **no son unas frases para simplemente repetir, sino un modelo a seguir cuando oras?**

HAGAN ESTA PRÁCTICA COMO COMUNIDAD AHORA MISMO.

1. Guarden sus teléfonos o cualquier otra distracción y colóquese en una posición cómoda pero alerta.
2. Invite al Espíritu Santo a venir...
3. Vamos a orar a través del Padrenuestro, así...

"Padre nuestro..." (Our Father...)

Toma un momento y piensa en la idea de Dios como tu Padre, con buenas intenciones hacia ti. Si quieres, imagina a Dios en tu mente. Imagina su rostro.

"Que estás en el cielo..." (In Heaven...)

Tómese un momento para pensar en la idea de que Dios está a tu alrededor. Piense en que así como el aire siempre está alrededor de nosotros, así mismo está Dios.

"Santificado sea tu nombre..." (Hallowed by your name...)

Pase unos minutos simplemente sentándose con el Padre en adoración gozosa y agradecida. Es posible que ud quiera sentarse en silencio durante unos momentos o cantar un coro. O decir una lista de cosas por las que estás agradecido. O alabar a Dios con cosas específicas que amas de él.

Ahora vamos a hacer expresiones de elogio y gratitud en voz alta hacía Dios, uno a la vez. (Por ejemplo, "Padre, gracias por tu gracia". "Padre, gracias por amarme". "Padre, gracias por perdonarme").

"Venga tu reino, hágase tu voluntad, aquí en la tierra como en el cielo..." (Your kingdom come, your will be done, on earth as it is in heaven...)

Ahora vamos a orar y decir, de forma corta y uno a la vez, para que se haga la voluntad de Dios en nuestro estado/iglesia/Grupo Evidencias/vida.

Uno a la vez y de forma corta, vamos a entregarle a Dios cosas específicas en nuestras vidas con las que estamos luchando por controlar.

Lo vamos a hacer así, "Hágase tu voluntad en _____ (ej: la salud de mi hermana, en el trabajo que necesito, en mi relación amorosa")

"Danos cada día nuestro pan diario..." (Give us each day our daily bread...)

Ahora vamos a tomar unos minutos para orar por las necesidades y deseos específicos en nuestras vidas y la de nuestra comunidad.

Este también es un buen momento para orar (de forma corta) por personas específicas en el grupo que necesitan algo: un trabajo, sanidad, sabiduría para tomar una decisión, etc.

“Perdónanos nuestras deudas, como también nosotros hemos perdonado a nuestros deudores...” (Forgive our debts, as we also have forgiven our debtors...)

Vamos a tomar unos minutos en silencio pidiéndole perdón a Dios por áreas específicas de tu vida.

“Y no nos dejes caer en tentación, mas líbranos del mal.” (And lead us not into temptation, but deliver us from evil)

Ahora vamos a tomar unos minutos para orar en silencio contra la tentación (la palabra también se puede traducir como problemas) en su vida.

Ore contra pecados específicos....

Ore contra cualquier tipo de mal: mal espiritual (demoníaco), mal humano, mal natural, etc.

Ore contra las cosas malas en su vida o comunidad, y por la bendición de Dios.

Terminen orando en forma de agradecimiento al Padre por haberlos escuchado.

LEAN LA PRACTICA PARA ESTA SEMANA.

- Básicamente, la práctica de esta semana es hacer exactamente lo mismo que acabamos de hacer, pero solo.
- Puede hacerlo en dos minutos o más de dos horas, depende de usted. Ve tan rápido o lento como quieras.

Para de terminar hoy, vamos a hacer el siguiente ejercicio:

- Saque su calendario, agenda, o celular, **y establezca una hora y lugar para orar que sea tranquilo y libre de distracciones.** Para la mayoría, las mañanas son un buen momento. Pero tal vez prefiera un paseo por la tarde o una noche.
- **Ahora establezca una meta modesta:** todos los días es ideal, pero si eso es demasiado, póngase una meta de tres veces a la semana, durante 10-15 minutos, o algo que se sienta un poco desafiante, pero no imposible.
- **Compartamos para ayudarnos:** Ahora nos vamos a dividir rápidamente en grupos de tres (hombres con hombres, y mujeres con mujeres. Pero mezclados en las edades, adultos con adolescentes, con pre-teens, con jóvenes adultos)
- Y van a compartir la **hora y lugar que estableció.** Y luego, **la meta que tiene.**
 - Eviten la comparación. Todos estamos en un viaje diferente y todos tienen horarios, contextos y responsabilidades distintas. **Estamos compartiendo para animarnos, no para compararnos.**

OREN EN BASE A LA PRÁCTICA PARA TERMINAR.