

# PARTE VI: Día a Día En La Oración



Fecha

@November 30, 2022

Recuerda la guía impresa para que no nos distraigamos con el celular y sigamos la lectura.

---

## EMPIECEN EN ORACIÓN Y ADORACIÓN.

Oren pidiéndole al Espíritu Santo que dirija y guíe su tiempo juntos.

## IMPORTANTE

Recordemos algunas de las guías de una comunidad emocionalmente sana para practicarlas hoy.

- No aconsejar o corregir
- Salir de nuestra zona de comodidad.
- Ser breve al compartir.
- Hablar en primera persona.

## HABLEN DE LA PRACTICA DE LA SEMANA PASADA.

**Recordemos cuál fue la práctica se la semana pasada:** La práctica de la semana pasada fue la oración cantada y era en dos partes. La primera parte era **adorar de forma personal**. Y la segunda parte era **adorar en comunidad**.

- Levantando la mano, ¿Quién hizo la práctica de la semana? (Raising your hand, who did the week's practice)
- ¿Les pareció más fácil o más difícil hacer esta forma de oración, y por qué?

- ¿Cómo les está yendo estableciendo su ritmo diario de la oración? (how is it going establishing a daily rhythm of prayer?)
  - El Padre Nuestro en las mañanas (the Lord's Prayer in the morning)
  - La oración de examen en las noches (prayer of examen at night)
- ¿Quién todavía está batallando para tener un ritmo diario de oración, y por qué crees que eso está pasando?
- ¿Quién nos puede contar una historia para animarnos sobre la práctica de la oración?
- De todos los tipos de oración que hemos visto (el Padre Nuestro, la oración de examen, de intercesión, de lamento, y cantada) ¿cuál cree que es la que más te va a ayudar a seguir con tu ritmo de oración una vez hayamos acabado con la práctica?

### **LEA ESTE RESUMEN.**

Como seres humanos, muchas veces nos basamos solo en nuestras emociones. Por un lado, solo oramos cuando “sentimos” orar. Y por otro lado, si oramos y no “sentimos nada” nos desanimamos y calificamos la oración como un momento que “no fue bueno.”

Y aunque las emociones son buenas y fueron dadas por Dios, nunca fueron diseñadas para ser las que guían nuestra vida de oración. **Es por eso que debemos de encontrar un balance entre la disciplina y práctica que requiere toda relación.** Y de que Dios si quiere trabajar con nuestras emociones y que experimentemos su presencia.

Por eso hoy, vamos a crear una guía personal, para que cuando se acabe la práctica de la oración en la iglesia, **cada uno de nosotros siga practicando y creando un ritmo de oración diario.**

### **HABLEN DE LA ENSEÑANZA DEL DOMINGO.**

- ¿Qué te llamó la atención de la enseñanza del domingo?
- ¿Cuál de las razones por las cuales es importante la oración te llamó mas la atención?

- Todo lo que Dios hace en la tierra es en respuesta a nuestras oraciones.
- Orar es declarar en la tierra lo que Dios ya declaró en el cielo.
- Por medio de la oración aprendemos a hablar vida 24/7
- Cuando oramos entregamos a Dios nuestras cargas.
- En la oración le abrimos a nuestro corazón a Dios.
- Todas nuestras batallas las ganamos en oración.

### **LEAN A LA BIBLIA JUNTOS.**

Mateo 6:6 (Matthew 6:6)

- ¿Que crees que Jesús está queriendo decir con esta afirmación? (What do you think Jesus is trying to say with this statement?)
- ¿Por qué crees que Jesús **NO dijo**, “si llegas a orar”, **y que SI dijo**, “cuando ores”? (Why do you think Jesus **DIDN'T say**, “if you happen to pray”, **but He DID SAY**, “when you pray”?)

---

### **HAGAN ESTA PRÁCTICA COMO COMUNIDAD AHORA MISMO.**

Esta noche, vamos a crear una guía personal de nuestro ritmo diario de oración.

Algunas cosas para tener en cuenta:

- No busques perfección, busca practicar. (Don't aim for perfection, aim to practice)
- La única forma “mala” de orar es no orar. El que saques el tiempo para orar, ya es una victoria. (The only way to pray “bad” is to not pray. The fact that you took time to pray is already a victory)
- Estamos creando una relación con Dios. Y como toda relación, hay momentos en los que experimentamos grandes cosas, y hay momentos en los que no experimentamos o sentimos nada, **y está bien**. (We are creating a relationship with God. And like in any relationship, there are moments where we experience big

things, and there are moments where we experience or feel nothing, **and that is fine**)

- Debemos de crear un balance entre la disciplina y lo espontaneo. Ninguna relación puede crecer sin disciplina, y lo espontaneo ayuda a seguir creciendo en la ración. **Necesitamos los dos.** (We need to create a balance between discipline and spontaneous. No relationship can grow without discipline and the spontaneous helps to keep growing the relationship. **We need both**)
- Empieza con momentos pequeños y ve incrementando cuando creas que sea sabio. (Start with small amounts and increase whenever you think is best)
- No busques cantidad, busca constancia. (Don't look for quantity, look for consistence)
- Vamos a dividirnos en parejas para animarnos y retornos. (We're gonna separate into couples to encourage and challenge each other)
- Recuerda que el propósito principal de la oración es **vivir CON Dios.** (Remember that the main purpose of prayer is to **live WITH God**)

## AHORA LA PRÁCTICA

### 1. Orar.

- Cada uno de forma personal, tome 30 segundos para pedirle al Espíritu Santo que lo guíe para crear esta guía de ritmo de oración.

### 2. Dividirse en parejas.

- Ahora nos vamos a dividir en parejas.

### 3. Hacer la guía.

- Cada uno va a tener una guía.
- Vamos a ir punto por punto, la pareja leyendo, y llenando los espacios. Dando ideas mutuamente de como lo pueden hacer de la mejor forma, teniendo en cuenta los puntos de arriba.
- Recuerda evitar la comparación. Todos estamos en épocas de vidas diferentes.

### 4. Oren pidiéndole ayuda al Espíritu Santo.

- La biblia dice que Dios envió al Espíritu Santo para que sea nuestra guía y ayuda.
- Para la mayoría de nosotros el tener un ritmo diario de oración es algo nuevo. Y aunque debe ser un deseo orar y pasar tiempo con Dios, también va a requerir sacrificio y esfuerzo.
- No queremos que sea una camisa de fuerza para nadie, pero no hay forma de convertirnos en aprendices de Jesús sin la oración, **es imposible**.
- Así que con nuestra guía en la mano, vamos a pedirle al Espíritu Santo que nos de la sabiduría, disciplina, y fuerza para llevar a cabo este ritmo de oración.

## 5. **Ánimo y reto.**

- Ahora, para terminar, asegúrate de tener el número de teléfono de tu pareja.
- Por las próximas semanas, la idea es que se animen, reten, y oren el uno por el otro para crear su ritmo de oración.
- Nunca obligando, haciendo sentir mal, o imponiendo la guía. Si no en un ambiente de amor, como aprendices de Jesús, nos vamos a apoyar en esta aventura que es vivir con Dios por medio de la oración.
- Recomendamos que una vez a la semana se llamen para preguntar como van, animarse, y orar el uno por el otro.

---

## **LEAN LA PRACTICA PARA ESTA SEMANA.**

La práctica de esta semana es muy sencilla. Es practicar la guía que acabamos de hacer.

### **Paso Uno:**

- Hoy cuando llegues a tu casa, pega esta guía en el lugar que dijiste ibas a orar, de forma visible.
- Pon una alarma para la ora que pusiste que ibas a orar.

### **Paso Dos:**

- A medida que practicas esta guía analiza y has cualquier cambio que necesites hacer en tu guía de ritmo de oración.
- No en base a lo que sentiste. Si no en base al lugar (de pronto hay mucha distracción), o al horario (de pronto no fue suficiente), etc.
- De pronto ahora quisieras empezar todos los días con una oración cantada.
- O de pronto ahora quieres dedicar un día en específico para la oración de intercesión.

**Paso Tres:**

- Llama a tu pareja una vez durante la semana y hazle estas preguntas:
  - ¿Cómo te está yendo en tu ritmo de oración?
  - ¿Qué ha sido lo más difícil de crear este ritmo de oración?
  - ¿En qué puedo orar por ti ahora mismo?

**Mostrando con la mano, ¿quién se compromete a practicar su guía de ritmo de oración?**

**¿ALGUIEN TIENE UNA PREGUNTA RESPECTO A LA PRÁCTICA O ESTÁ CLARO?**

**OREN EN BASE A LA PRÁCTICA PARA TERMINAR**