



## Seis Pasos para Fomentar la Oración Familiar

1. Espacio sagrado “En su hogar, con su familia, prenda una vela, ponga la Biblia familiar o una imagen de la Sagrada Familia en su mesita de centro. Si usted se encuentra en su vehículo trasladándose, baje las ventanas y haga que todos tomen una respiración profunda de aire fresco. Donde sea que estén en su vida ocupada, bajen el ritmo lo suficiente para dar la bienvenida a la presencia de Dios”.
2. Tomen turnos: “Si alguien está a cargo de liderar la oración antes de la cena, haga que toda la familia sea responsable ¡Intercambien los días e incluyan a los niños! Denles la oportunidad de experimentar la inmensa humildad de ayudar a su familia a comenzar un alimento reconociendo primero las muchas bendiciones de Dios”.
3. Rutina: “Se trata sobre hacerse un hábito. Una vez que dar las gracias sea parte de la rutina familiar, usted notará que sus niños le recordarán si a usted alguna vez se le olvida orar ¡No deje que el lugar los distraiga de orar juntos! Hagan que sea una prioridad el crear este tiempo en familia, cerca y lejos de casa al establecer un calendario para hacer esto a lo largo de la temporada. Involúcrense y reúnanse a través de una video llamada o simplemente conecten y establezcan que todos estarán haciendo esto al mismo tiempo”.
4. Intenciones especiales: “Inviten a todos a orar por las esperanzas, tristezas, o gozos en sus corazones”. Cuando oren con familia de manera remota, escojan una intención de la que cada familia pueda hablar. “Compartir estas intenciones ayuda a su familia a conectar en un nivel más profundo, mientras que se les recuerda de las luchas o gozos que cada persona experimentó ese día y les permite reunirse a orar por ellos.
5. Vela de oración: “Ponga una vela para orar en su mesa del comedor y cuando esté encendida, anime a su familia a verla como un recordatorio de que Cristo, nuestra luz está con ustedes en oración. Esta es una gran manera de conectar en oración con seres amados que puede que estén cenando en otro hogar, conectar la vela a los alimentos sirve como un recordatorio de que aunque puede que no estén físicamente juntos, pueden compartir la misma experiencia”.
6. Trate otra vez: “Dar las gracias antes de los alimentos no saldrá perfectamente cada vez. Habrá distracciones, quejas extensas, ojos volteados y algunas veces intercambios verbales que desanimen. No se desanime, por que, un día, usted recordará estos momentos y reconocerá el crecimiento espiritual en su familia”.

De Catholic News Service. (2020, Diciembre 16). Los Ministerios de la Familia de la Santa Cruz sugieren seis pasos para fomentar más oración familiar. *Our Sunday Visitor*.  
<https://www.osvnews.com/>



Diocese of Austin