



Tema **10**
de 32

Ayuno y oración

Descripción

Estos son dos elementos fundamentales para permanecer y crecer en el Señor. Nos dan la fuerza y nos preparan para enfrentar las tentaciones y repeler al maligno. Descubre por qué una persona sin oración y sin un trato continuo con Dios, jamás ve resultados espirituales en su vida y es una víctima fácil del pecado.

Objetivo

Motivar a la comunidad para que se acerque a la oración, a los sacramentos y a la Palabra de Dios, todo desde la caridad y el servicio a los demás.

Conoceremos:

- ¿Cómo orar con la Sagrada Escritura?
- ¿En qué consiste el ayuno?
- ¿Por qué debemos ayunar ?

Citas bíblicas:

Juan 15, 5
Juan 6, 54-56
1 Corintios 11, 29
Mateo 15, 19
Juan 15, 7
Mateo 26, 40-41
Romanos 7, 14 ss
Lucas 4, 1-13
Mateo 16, 24
Mateo 6, 9-13
Mateo 6, 16
Romanos 5, 5
Salmo 23
Mateo, 5, 13 ss



Ideas importantes a desarrollar

(Estas son las ideas que deben quedar claras en la comunidad)

- Si queremos tener vida tenemos que estar plenamente unidos a Jesús, como una rama a un tronco.
- La unión con Jesús se da mediante la oración.
- Orar es fácil, pero ponerse en oración no es sencillo.
- Jesús cuando nos enseña a orar, nos dice que pidamos para no caer en la tentación y ser liberados del maligno.
- Una persona que no hace oración jamás verá resultados en su vida espiritual.
- Si no hay ayuno no puede haber oración y sin ésta no podemos madurar en nuestra relación con Dios.
- La vida cristiana se nutre constantemente de los sacramentos de la reconciliación y la eucaristía.

Desarrollo

- Unidos a Jesús se nos comunica su misma vida divina.
- Mediante la participación en la eucaristía tenemos esa vida que viene de Jesús.



- Pero no podemos acercarnos a la comunión si no estamos en gracia y necesitamos acercarnos al sacramento de la reconciliación.
- Jesús nos invita a estar siempre preparados mediante la oración.
- Jesús resistió la tentación porque ayunó e hizo oración.
- Jesús tenía hambre después de 40 días de no comer, pero Jesús resiste a la tentación del placer y su satisfacción.
- Jesús es tentado para que quiera tener dinero.
- Jesús es tentado para poseer el poder.
- El creyente debe ayunar con cierta frecuencia.
- Se necesita un proceso para crecer mediante el ayuno.
- Si no somos capaces de privarnos de cosas pequeñas, cuando llegue la verdadera tentación no va a poder resistirse ni salir adelante.
- Cuando hablamos al Padre, lo hacemos con la oración que Jesús nos enseñó, confiando en el Padre como Jesús lo hizo.
- Orar es también una penitencia porque supone un trabajo y un esfuerzo dedicarle tiempo, o levantarme temprano para orar.
- Jesús nos invita a velar y orar para no caer en la tentación.
- El demonio siempre busca la mejor ocasión para que el hombre caiga.
- Desde el día de nuestro bautismo el Espíritu Santo ha sido derramado en nuestros corazones.
- Si el cristiano no da fruto, es porque no está unido a Cristo.
- Así como el sol ayuda en la conservación de la vida en este planeta, así los sacramentos, la oración y el ayuno y la lectura de la palabra de Dios (SOL) son lo que mantiene la vida cristiana.
- Los grandes santos han recibido el mismo Espíritu Santo que nosotros en el sacramento del bautismo, sin embargo, la diferencia está en la vivencia de estos elementos.
- Para avanzar en la vida cristiana hemos de ir avanzando en nuestra vida sacramental, en la oración y el ayuno y en la lectura y meditación de la palabra de Dios.



CUESTIONARIO DEL TEMA: AYUNO Y ORACIÓN

1. ¿De qué otra manera puedo unirme a Jesús? Cita
2. ¿Qué necesito para permanecer en Jesús? ¿Quién lo dijo? Cita
3. ¿Qué cita nos narra las tentaciones de Jesús y cómo las venció?

4. En conclusión, ¿Cuáles son los tres elementos indispensables para poder participar de la vida en abundancia, la vida del Espíritu?

Comentarios personales:



Ver el vídeo

<http://www.evangelizacion.org.mx/escuelas/evangelizacion/>

Trabajo para casa

- Proponernos tener 15 minutos diarios de oración procurando buscar los momentos de más paz, por ejemplo, cuando los niños aun están dormidos o cuando ya se durmieron, de tal manera que pueda platicar con calma y en la intimidad con Dios.
- Proponerse comulgar, por lo menos, cada domingo y de ser posible, (lo que sería ideal) diario; dedicando unos minutos después de la comunión para dar gracias a Dios.
- Dedicar diariamente 15 minutos a la lectura de la Sagrada Escritura.
- Contestar el cuestionario del tema.



Recibe en tu correo
El Evangelio Diario

Suscríbete en:
info@evangelizacion.org.mx