



11 de septiembre, 2020

Queridos hermanos y hermanas en Cristo:

En el centro de nuestra fe católica está la relación con el Dios Uno y Trino que nos creó y nos salvó por amor. Reflejando ese amor, el Señor desea una relación personal con cada uno de nosotros, pero nunca nos impone nada. En cambio, somos invitados a tener una relación con el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo, a través de la oración. Al obispo Cozzens y a mí nos complace que, en este momento, se unan a nosotros para aceptar la invitación del Señor de profundizar en nuestra vida de oración. Nos sentimos particularmente privilegiados al poder guiarlo a través de estas series de *Orando con las Escrituras*.

Quizás se pregunte por qué estamos haciendo esto ahora. Los participantes en los eventos de Oración y Escucha que ocurrieron durante el transcurso del año pasado, expresaron un fuerte deseo de encontrar al Señor más interiormente, especialmente a través de la oración. El año adicional de preparación para el Sínodo, como consecuencia de la pandemia, parece una oportunidad providencial para abordar este deseo, y así, poder abrir más ampliamente nuestros corazones acerca de cómo el Espíritu Santo quiere hablarnos en la etapa consultiva del proceso del Sínodo, que aún está por venir.

Asimismo, creo que la serie *Orando con las Escrituras* no solo es un recurso virtual oportuno para el Sínodo, sino también de valor perdurable. Espero que este recurso sea utilizado en la Arquidiócesis aun después de que se complete el Sínodo. Le animo a que utilice las 25 guías de oración como su manual personal en su viaje de oración a lo largo de esta serie. Espero que se conviertan en una especie de diario valioso para usted, a medida que se enamora más profundamente de nuestro Dios Uno y Trino.

Buscando la intercesión de San José, Protector y Guía, en este año de preparación, les extiendo todos mis buenos deseos y oraciones personales,

Sinceramente en Cristo,

Reverendísimo Bernard A. Hebda
Arzobispo de Saint Paul y Minneapolis

Series: Orando con las Escrituras

Visión General de las Series

Bienvenidos a la serie Orando con las Escrituras impartida por el Arzobispo Bernard Hebda y el Obispo Andrew Cozzens. Si nunca ha orado con las Escrituras, está bien: ¡esta serie de enseñanzas lo ayudará a comenzar! Si ha orado con las Escrituras y desea profundizar, esta serie de enseñanzas lo ayudará a crecer.

La oración es una relación con Dios. Al igual que en cualquier relación, siempre hay oportunidades para profundizar. De eso se trata esta serie.

Tiene cuatro componentes:

1. El Arzobispo Hebda, el Obispo Cozzens, el Diácono García, el Rev. Peterson y el Rev. J. Floeder, ofrecen una serie de cinco videos de enseñanza. Estos videos también incluyen testimonios de compañeros católicos de toda la Arquidiócesis. Esta serie tiene como anfitriona a Maritza Flores. Los títulos de las charlas y ponentes se enumeran a continuación:

o **Semana 1:** La oración es una relación personal con Dios | [Arzobispo B. Hebda](#)

o **Semana 2:** Cómo escuchar a Dios en nuestros corazones | [Obispo A. Cozzens](#)

o **Semana 3:** Conversación con Dios – Reconocer, Relacionar, Recibir, Responder | [Diácono R. García](#)

o **Semana 4:** Discernimiento de Espíritus – Consolación y Desolación | [Rev. J. Peterson](#)

o **Semana 5:** Superando Obstáculos | [Rev. J. Floeder](#)

2. Se proporcionan esquemas de charlas para cada semana. Mientras escucha el video didáctico, siga el esquema. Puede imprimir el esquema y

usar el espacio a la derecha para notas o usar su propio diario para tomar notas.

3. Las preguntas de diálogo acompañan a estos esquemas. Si participa en esta serie junto con un grupo, considere seleccionar algunas o todas estas preguntas para su diálogo grupal.

4. Las 25 Guías de Oración, cada una con un versículo diferente de las Escrituras y una reflexión guiada, proporcionan una estructura para su tiempo de oración, como se explica en esta serie, con espacio para llevar un diario. Le invitamos a usar una Guía de Oración al día durante el transcurso de esta serie de cinco semanas, siéntase libre de volver a sus favoritos si lo desea. Estos materiales están disponibles en archspm.org/synod.

Consejos prácticos

Todo viaje comienza con el primer paso. No espere hasta mañana o la semana que viene, ¡comprométase a orar a partir de hoy! Aquí hay algunos consejos prácticos para comenzar:

- La rutina es importante. Es útil encontrar un momento y un lugar constantes para orar todos los días. Puede probar varias veces para ver qué funciona mejor para usted.
- Si no ha orado antes, comience con 15 minutos cada día. Si pierde un día, está bien, simplemente comience de nuevo al día siguiente.
- Las Guías de Oración son pautas que lo ayudarán en su tiempo de oración. A lo largo de las cinco charlas, se explicará con mayor detalle cada paso de las Guías de Oración. Úselas cuando sea útil, sabiendo que la oración es personal. Simplemente pídale al Señor que lo guíe.
- A veces es difícil sentarse y orar. Incluso los santos lucharon con la oración a veces. Algunos días puede sentir que Dios está cerca y otros días no. En ambos casos, al Señor le agrada que haya elegido pasar tiempo con él. Confíe en que él está trabajando en su corazón, aun cuando no lo sienta.

Lectura Espiritual

Los buenos libros pueden ayudarnos a comprender lo que está sucediendo en nuestra vida de oración y a aprender los caminos de Dios. Pueden estimular nuestra imaginación y nuestro deseo de crecer en oración. Algunas sugerencias para crecer en oración son:

- P. Jacques Philippe, Tiempo para Dios
- Peter Kreeft, Prayer for Beginners
- San Francisco de Sales, Introducción a la Vida Devota
- P. Timothy Gallagher, El discernimiento de los Espíritus

¡Que Dios le bendiga en su jornada de oración!

Esquema de la Enseñanza para la Semana 1: La Oración es una Relación Personal con Dios

Bienvenid@ a la serie Orando con las Escrituras, impartida por el Arzobispo B. Hebda, el Obispo A. Cozzens, el Dc. R. García, el Rev. J. Peterson y el Rev. J. Floeder.

A continuación, se muestra el esquema de la enseñanza 1, titulada "La Oración es una Relación Personal con Dios". Mientras escucha el video de enseñanza, siga este esquema. Puede imprimirlo y usar el espacio de la derecha para sus notas, o puede usar su propio diario para tomar notas.

Esquema de la enseñanza

I. La meta es ayudar a todos a crecer en su vida de oración.

1. Se fundamenta en la tradición, con un enfoque en la enseñanza de San Ignacio sobre la oración.
2. La enseñanza de San Ignacio está diseñada para la vida activa. Su objetivo era encontrar a Dios en todas las cosas.

II. La oración es una forma de entablar una relación con Dios.

1. Dios es personal.
2. “«No se comienza a ser cristiano por una decisión ética o una gran idea, sino por el encuentro con un acontecimiento, con una Persona, que da un nuevo horizonte a la vida y, con ello, una orientación decisiva»”. (Alegría del Evangelio 7; Papa Francisco citando al Papa Benedicto XVI)

III. La oración es el lugar donde yo vivo esta relación.

1. “La oración no es algo secundario, no es 'opcional', sino más bien una cuestión de vida o muerte. Sólo quien ora, es decir, quien se encomienda a Dios con amor filial, puede entrar en la vida eterna, que es Dios mismo”. Papa Benedicto XVI (4 de marzo de 2007)

IV. Debo creer que Dios desea una relación personal conmigo.

1. Carta de la Madre Teresa a sus hermanas en los años noventa. “... ¿Has visto con los ojos de tu alma cómo te mira con amor? ¿Conoces realmente al Jesús viviente, no por los libros, sino por estar con Él en tu corazón? ¿Has escuchado las amorosas palabras con las que te habla? Pide la gracia, Él anhela simplemente dártela ...” (Madre Teresa, Carta de Varanasi)
2. La oración es este encuentro con el amor que me cambia y empieza a transformarme.

V. Dios habla primero, Dios nos busca; lo que tiene que decir es lo más importante.

1. Con Zaqueo - Jesús toma la iniciativa.

2. "... La maravilla de la oración se revela precisamente allí, junto al pozo donde vamos a buscar nuestra agua: allí Cristo va al encuentro de todo ser humano, es el primero en buscarnos y el que nos pide de beber. Jesús tiene sed, su petición llega desde las profundidades de Dios quien nos desea. La oración, sepámoslo o no, es el encuentro de la sed de Dios y de la sed del hombre. Dios tiene sed de que el hombre tenga sed de Él".
CIC 2560

VI. Unas palabras sobre el silencio y la imaginación.

1. La importancia del silencio. San Agustín: "Yo estaba fuera, tú estabas dentro".
2. Uso de la imaginación.
 1. La imaginación es una facultad que Dios nos da para hacer imágenes en nuestra mente y experimentar dentro de nosotros una realidad espiritual.
 2. Imaginación real contra la fantasía.
 3. Conversión de San Ignacio; Dios trabajando en su imaginación.
 4. Las escenas de las Escrituras comunican la verdad, no solo las palabras.
 5. La oración con la imaginación puede proporcionar una experiencia real del amor de Dios, la gloria de Dios que me transforma. "La meditación involucra pensamiento, imaginación, emoción y deseo. Esta movilización de facultades es necesaria para profundizar nuestras convicciones de fe, impulsar la conversión de nuestro corazón y fortalecer nuestra voluntad de seguir a Cristo..." *Papa Benedicto XVI, Discurso a los Seminaristas y a la Juventud*
 6. San Ignacio nos anima a orar con nuestra imaginación, aplicando todos los sentidos espirituales del alma. En el ejemplo de rezar con el pesebre, ver con la capacidad de la imaginación el lugar y las personas, oír lo que se dice, oler, gustar y tocar, sacar provecho de ello.

VII. Esquema básico del tiempo de oración; La Guía de Oración

1. Preparo mi corazón para orar y pido la gracia.
2. En oración, leo el pasaje de la Escritura usando mi razonamiento e imaginación, reflexionando sobre la verdad que el Señor me está comunicando.
3. Converso con Dios:
 1. Reconocer - Reconozco los pensamientos, sentimientos y deseos que surgen en mi corazón.
 2. Relacionarme - Los relaciono honestamente con Dios, confiando en que él está presente y escuchándome a mí, su hij@ amad@.
 3. Recibir - Escucho lo que el Señor quiere decirle a mi corazón.
 4. Responder - Concluyo mi tiempo de oración hablando con Jesús, Dios Padre y / o el Espíritu Santo, como lo haría con un amigo. Resuelvo actuar de forma concreta para amar a Dios y a mi prójimo, lo que podría ser una resolución pequeña.
4. Descanso en el Señor.

**Preguntas de Diálogo para la Semana 1:
La Oración es una Relación Personal con Dios**

1. En el video de la enseñanza, se instruye sobre qué es la oración y por qué orar. Describe tu vida de oración en este momento. ¿Cómo deseas crecer?
2. La enseñanza de San Ignacio sobre la oración y la vida espiritual, es particularmente útil porque está diseñada para la vida activa. ¿Cuáles son algunos de los obstáculos en tu vida activa que dificultan la oración? ¿Cómo podrías superar estos obstáculos?
3. “Gracias únicamente a este encuentro, o encuentro de renovación, con el amor de Dios, que florece en una amistad enriquecedora, nos liberamos de nuestra estrechez y ensimismamiento. Nos volvemos plenamente humanos cuando nos volvemos más que humanos, cuando dejamos que Dios nos lleve más allá de nosotros mismos para alcanzar la verdad más plena de nuestro ser” (Papa Francisco, Gozo del Evangelio 8). ¿Cómo has encontrado el amor de Dios? ¿Qué significa para ti tener un encuentro liberador con Dios?
4. ¿Has experimentado a Dios sediento de ti como lo describió la Madre Teresa en su carta? Si es así, describe esa experiencia. Si no es así, ¿cómo podrías abrirte para experimentar su sed por ti?
5. El Arzobispo Hebda conversó sobre cómo Dios habla primero, cómo Dios te busca y lo que él tiene que decir es lo más importante. En este estudio mencionaremos con más detalle cómo aprender a escuchar a Dios en oración. A medida que comienzas, ¿cómo puedes hacer tiempo, en el ajetreo de la vida, para tener el silencio y el tiempo para escuchar?
6. San Ignacio nos anima a rezar con nuestra imaginación. P. Timothy Gallagher, en su libro *Meditación y contemplación*, dice: “En esta manera de orar, nos dice San Ignacio, vemos imaginariamente a las personas en el pasaje de la Biblia, escuchamos las palabras que dicen y observamos las acciones que realizan en el evento.” ¿Has rezado de esta manera antes? Si es así, describe un momento en el que te has imaginado a ti mismo en una escena de la Biblia. ¿Qué pensamientos, sentimientos y deseos surgieron en esa experiencia? (Nota: si no has orado activamente de esta manera antes, la Guía de Oración con la reflexión guiada te ayudará con este tipo de oración activa).