

# ORAR MI PROPIA VIDA

## PREVIOS

LOCAL

Oratorio o capilla

DURACIÓN

55 minutos

## ÁMBITOS CONTENIDOS

- » Profundizar en el propio conocimiento

## OBJETIVOS DEL ENCUENTRO

- » Orar en grupo
- » Practicar la oración contemplativa y el silencio

## DISEÑO Y DESARROLLO DE UNA SESIÓN

### ACOGIDA

Se recibe al grupo en el oratorio. Hay una vela encendida y el sagrario o una imagen sugerente en el centro. Hay música de Taizé de fondo.

### INTERIORIDAD/ORACIÓN

Se les indica que se les va a ir guiando en 5 pasos y que tras cada paso, se dejará un tiempo para compartir para el que quiera expresar en alto algo, lo haga.

### DINAMICA DE TRABAJO (SECUENCIADA)

#### Tomo conciencia de mi realidad.

Me quiero situar ante el Padre, que ha estado en mi vida hoy. Me quiero situar ante Jesús que vive y crece en mí; que me acompaña en el camino; y que a menudo no siento. Pido que la luz del Espíritu Santo me ayude a acercarme a este misterio de manera sencilla, sin buscar grandes respuestas; deseando encontrarme con Él; y así encontrar cual es mi realidad.

#### Doy gracias.

Durante un rato me paro a repasar aquellas cosas, situaciones y personas





por las que tengo que dar gracias hoy. A veces es cuestión de darse cuenta de cosas cotidianas que nos suceden y no les damos mayor importancia, pero si que son importantes para nosotros.

### **Repaso brevemente que ha sucedido hoy en mi vida.**

No hay que ir a buscar si ha pasado algo excepcional o lo de siempre. Podemos fijarnos en uno o en varios aspectos de los siguientes, si nos ayudan:

- » Las personas con las que me he encontrado.
- » Los trabajos, el estudio, las labores de casa que he realizado.
- » Los acontecimientos que han sucedido en mi vida...

Y en cada uno o en el que elijamos, nos podemos parar a ver cuales han sido nuestros sentimientos, reacciones, inclinaciones, como nos hemos relacionado con las personas, si hemos vivido algún momento con especial intensidad( a veces ayuda recordar con la imaginación algún momento que haya sido especialmente significativo).

### **Ofrecer lo vivido.**

En este momento le ofrecemos lo que hemos vivido al Señor. Y le manifestamos algún deseo o alguna petición o algo que queramos agradecerle. Incluso si algo no ha salido como quisiéramos es el momento de pedir perdón y de disponer el corazón para que el Espíritu te ayude en la próxima ocasión.

### **Seguimos caminando.**

Pedimos por el día de mañana, por las tareas que se nos han encomendado para mañana. Por las personas que sé que me voy a encontrar; por algún motivo especial. Nos ponemos en disposición de dejarnos sorprender por el día de mañana.

## **CONCLUSIONES Y RECOGIDA FINAL**

### **ORACION FINAL Y ENVIO**

Ponemos delante de Dios todo lo compartido y rezamos juntos un Padrenuestro.



**escolapios betania**



[www.escolapiosbetania.org](http://www.escolapiosbetania.org)

