



## ORA

### ¡Mi Señor y mi Dios!

Entra en mi mundo íntimo. Moléstame. Pertúrbame. Hazlo brillar, enciende la luz en mí.

Gira mi corazón en tu dirección. Tócame con tu mano.

Hasta que encuentre el gozo en ti. Amén.



## MEDITA

Se lee el pasaje de la Biblia en voz alta.

Breve silencio.

**Compartir:** ¿Qué fue lo que más te llamó la atención?



## ESTUDIA

1. Lee el texto de YOUCAT frase por frase. Una persona entonces lee todo el texto seguido en voz alta.
2. Tres minutos de silencio.
3. Cada uno lee en voz alta una palabra o frase que le toca - sin hacer comentarios.
4. Explica brevemente en la siguiente ronda por qué has elegido la frase (por ejemplo, recuerdos, preguntas,...).



## DEBATE

**¡Habla sobre tus propias preguntas sobre este tema!**

**Libro del tesoro:** Tómate cinco minutos para escribir lo que no quieres olvidar.



## CHALLENGE

Nuestros **DESAFÍOS** son sólo sugerencias. Se pueden sustituir por otros más fuertes, más ajustados, más originales o mejores. Sólo háganoslo saber en **feedback@youcat.org**.

**#YOUCATChallenge:** Comparte tu experiencia en Facebook o Instagram.



## Hch 17, 27-28a

para que ellos busquen a Dios, aunque sea a tientas, y puedan encontrarlo. Porque en realidad, él no está lejos de cada uno de nosotros. En efecto, en él vivimos, nos movemos y existimos

### 469 ¿Qué es la oración?

**La oración es la elevación del corazón a Dios. Cuando un hombre ora, entra en una relación viva con Dios. [2558-2565]**

La oración es la gran puerta de entrada en la fe. Quien ora ya no vive de sí mismo, para sí mismo y por sus propias fuerzas. Sabe que hay un Dios a quien se puede hablar. Una persona que ora se confía cada vez más a Dios. Busca ya desde ahora la unión con aquel a quien encontrará un día cara a cara. Por eso pertenece a la vida cristiana el empeño por la oración cotidiana. Cierta- mente no se puede aprender a orar como se aprende una técnica. Orar, por extraño que parezca, es un don que se recibe a través de la oración. No podríamos orar si Dios no nos diera su gracia.

1. ¿Qué significa para ti orar y qué experiencias has tenido con ello?
2. ¿Cómo puedes elevar tu corazón a Dios, cómo funciona eso?
3. Estudiar las posturas de oración (pág. 268 del YOUCAT). ¿Qué dice el lenguaje de tu cuerpo cuando te colocas?
4. ¿Cómo puedes integrar la oración en tu vida diaria?

Toma los salmos de la Biblia y selecciona algunos versículos que te atraigan.

Memoriza un versículo y repítelo a los demás en la siguiente reunión. También explica por qué elegiste este versículo.

¿Aceptas este desafío?



## ORA

### ¡Mi Señor y mi Dios!

Entra en mi mundo íntimo. Moléstame. Pertúrbame. Hazlo brillar, enciende la luz en mí.

Gira mi corazón en tu dirección. Tócame con tu mano.

Hasta que encuentre el gozo en ti. Amén.



## MEDITA

Se lee el pasaje de la Biblia en voz alta.

Breve silencio.

**Compartir:** ¿Qué fue lo que más te llamó la atención?



## ESTUDIA

1. Lee el texto de YOUCAT frase por frase. Una persona entonces lee todo el texto seguido en voz alta.
2. Tres minutos de silencio.
3. Cada uno lee en voz alta una palabra o frase que le toca - sin hacer comentarios.
4. Explica brevemente en la siguiente ronda por qué has elegido la frase (por ejemplo, recuerdos, preguntas,...).



## DEBATE

**¡Habla sobre tus propias preguntas sobre este tema!**

**Libro del tesoro:** Tómate cinco minutos para escribir lo que no quieres olvidar.



## CHALLENGE

Nuestros **DESAFÍOS** son sólo sugerencias. Se pueden sustituir por otros más fuertes, más ajustados, más originales o mejores. Sólo háganoslo saber en **feedback@youcat.org**.

**#YOUCATChallenge:** Comparte tu experiencia en Facebook o Instagram.



## Hch 17, 27-28a

para que ellos busquen a Dios, aunque sea a tientas, y puedan encontrarlo. Porque en realidad, él no está lejos de cada uno de nosotros. En efecto, en él vivimos, nos movemos y existimos



¿Qué es la oración?

**La oración es la elevación del corazón a Dios. Cuando un hombre ora, entra en una relación viva con Dios. [2558-2565]**

La oración es la gran puerta de entrada en la fe. Quien ora ya no vive de sí mismo, para sí mismo y por sus propias fuerzas. Sabe que hay un Dios a quien se puede hablar. Una persona que ora se confía cada vez más a Dios. Busca ya desde ahora la unión con aquel a quien encontrará un día cara a cara. Por eso pertenece a la vida cristiana el empeño por la oración cotidiana. Cierta- mente no se puede aprender a orar como se aprende una técnica. Orar, por extraño que parezca, es un don que se recibe a través de la oración. No podríamos orar si Dios no nos diera su gracia.

1. ¿Qué significa para ti orar y qué experiencias has tenido con ello?
2. ¿Cómo puedes elevar tu corazón a Dios, cómo funciona eso?
3. Estudiar las posturas de oración (pág. 268 del YOUCAT). ¿Qué dice el lenguaje de tu cuerpo cuando te colocas?
4. ¿Cómo puedes integrar la oración en tu vida diaria?

Toma los salmos de la Biblia y selecciona algunos versículos que te atraigan.

Memoriza un versículo y repíteselo a los demás en la siguiente reunión. También explica por qué elegiste este versículo.

¿Aceptas este desafío?