



Oficina  
Diocesana de

EDUCACIÓN  
CATÓLICA

DIOCESIS DE CHICLAYO



AÑO II / PED-ER / ODEC 2026  
GUIA 02  
FORMACIÓN PERMANENTE

*La Oración  
Cristiana*

**Creer  
celebrar  
vivir**



**“Hagamos un camino juntos  
con Pedro Hacia Jesús  
por María”**

**ACTITUD:**

*La vida de los discípulos misioneros  
para el primer anuncio y  
el acompañamiento espiritual*

**Iglesia**

*Comunión  
Participación  
Misión*

**Celebración  
del  
Misterio  
Pascual  
Liturgia**



**300  
Años  
de Canonización  
Santo Toribio  
de Mogrovejo**

*Prof. Lorenzo Vigil Saavedra  
FACILITADOR*

## ¿Qué es la oración?

CATECISMO DE LA IGLESIA CATÓLICA 2559 - 2565

“Para mí, la oración es **un impulso del corazón, una sencilla mirada** lanzada hacia el cielo, **un grito de reconocimiento y de amor** tanto desde dentro de la prueba como en la alegría”.  
(Santa Teresa del Niño Jesús, *Manuscrit C, 25r: Manuscrits autohipographiques* [Paris 1992] p. 389-390).

### DON DE DIOS

“La oración es la **elevación del alma a Dios** o la **petición a Dios de bienes convenientes**”

(San Juan Damasceno, *Expositio fidei*, 68 [De fide orthodoxa 3, 24]).

Jesús le dijo: “**Si conocieras el don de Dios, si supieras quién es el que te pide de beber, tú misma le pediría agua viva y él te la daría.**”  
(Jn 4, 10)



**Respuesta de fe a la promesa gratuita de salvación**

Jesús le dijo: “**El que tenga sed, que venga a mí. Pues el que cree en mí tendrá de beber.** Lo dice la escritura: **De su seno brotarán ríos de agua viva.**”  
(Jn 7, 37-38)

### ALIANZA

**El corazón es la morada donde yo estoy, o donde yo habito** (según la expresión semítica o bíblica: donde yo “me adentro”).

Es nuestro centro escondido, inaprensible, ni por nuestra razón ni por la de nadie; sólo el Espíritu de Dios puede sondarlo y conocerlo. Es el lugar de la decisión, en lo más profundo de nuestras tendencias psíquicas.

Es el lugar de la verdad, allí donde elegimos entre la vida y la muerte. Es el lugar del encuentro, ya que a imagen de Dios, vivimos en relación:

**es el lugar de la Alianza.**

**La oración cristiana es una relación de Alianza entre Dios y el hombre en Cristo.**

Es acción de Dios y del hombre; brota del Espíritu Santo y de nosotros, dirigida por completo al Padre, en unión con la voluntad humana del Hijo de Dios hecho hombre.

### COMUNIÓN

La gracia del Reino es “**la unión de la Santísima Trinidad toda entera con el espíritu todo entero**” (San Gregorio Naciancenio, *Oratio 16, 9*).

Esta comunión de vida es posible siempre porque, **mediante el Bautismo, nos hemos convertido en un mismo ser con Cristo** (Rm 6, 5). **La oración es cristiana en tanto en cuanto es comunión con Cristo y se extiende por la Iglesia que es su Cuerpo.**

**Sus dimensiones son las del Amor de Cristo (Ef 3, 18-21).**

“Que sean capaces de comprender, con todos los creyentes, la anchura y longitud y altura y profundidad... y que conozcan este amor de Cristo que supera todo conocimiento.

En fin que queden colmados hasta recibir toda la plenitud de Dios. A Dios cuya fuerza actúa en nosotros y que puede realizar mucho más de lo que pedimos o imaginamos, a él la gloria en la Iglesia y en Cristo Jesús por todas las generaciones y todos los tiempo. Amén.”

# Iglesia de *Participación*

*Pastoral Educativa*

*La participación es un llamado para que todo el Pueblo de Dios se comprometa a escucharse profunda y respetuosamente bajo la guía del Espíritu Santo.*

*Formación permanente*

CATECISMO DE LA IGLESIA CATÓLICA 2742-2745

## Orar constantemente

**“Oren sin cesar.” (1 Ts 5, 17)**

**“Den gracias a Dios Padre en nombre de Cristo Jesús, nuestro Señor siempre y por todas las cosas.” (Ef 5, 20)**

**“Vivan orando y suplicando.**

**Oren en todo tiempo** según les inspire el Espíritu.

**Velen en común y perseveren en sus oraciones sin desanimarse nunca, intercediendo en favor de todos los santos, sus hermanos.” (Ef 6, 18)**



## Orar siempre es posible

“Y enseñenles a cumplir todo lo que yo les he encomendado a ustedes. **Yo estoy con ustedes todos los días hasta el fin de la historia.**” (Mt 28, 20)

**“Se acercaron a él y lo despertaron:** “Maestro, Maestro, ¡estamos perdidos!” Jesús se levantó y amenazó al viento y a las olas encrespadas; se tranquilizaron y todo quedó en calma.” (Lc 8, 24)

«Conviene que el hombre ore atentamente, bien estando **en la plaza o mientras da un paseo**: igualmente el que está **sentado ante su mesa de trabajo o el que dedica su tiempo a otras labores**, que levante su alma a Dios: conviene también que **el siervo alborotador o que anda yendo de un lado para otro, o el que se encuentra sirviendo en la cocina** [...], **intenten elevar la súplica desde lo más hondo de su corazón»**  
(San Juan Crisóstomo, De Anna, sermón 4, 6).

## Orar es una necesidad vital

“Pero si se muerden y se devoran unos a otros, ¡cuidado!, que llegan a perderse todos. Por eso les digo: **caminen según el Espíritu** y así no realizarán los deseos de la carne.

Pues los deseos de la carne se oponen al Espíritu y los deseos del Espíritu se oponen a la carne. Los dos se contraponen, de suerte que ustedes no pueden obrar como quisieran.

**Si se dejan guiar por el Espíritu, ya no están sometidos a la Ley.**[...] En cambio **el fruto del Espíritu es caridad, alegría, paz, comprensión de los demás, generosidad, bondad, fidelidad, mansedumbre y dominio de si mismo. Estas son las cosas que no condena la Ley.**

Los que pertenecen a Cristo Jesús han crucificado la carne con sus impulsos y deseos.

**Si ahora vivimos según el Espíritu, dejémonos guiar por el Espíritu.**” (Ga 5, 16-25)

**«Nada vale como la oración:** hace posible lo que es imposible, fácil lo que es difícil [...].

**Es imposible [...] que el hombre [...] que ora [...] pueda pecar»**  
(San Juan Crisóstomo, De Anna, sermón 4, 5).

**«Quien ora se salva** ciertamente, **quien no ora se condena** ciertamente» (San Alfonso María de Ligorio, *Del gran mezzo della preghiera*, pars 1, c. 1)).

**«Ora continuamente el que une la oración a las obras y las obras a la oración.** Sólo así podemos encontrar realizable el principio de la oración continua» (Orígenes, or.12).

# Celebración

Pastoral Educativa

# Liturgia

Formación permanente

Es «la cumbre a la que tiende la actividad de la Iglesia y, al mismo tiempo, la fuente de la que mana toda su fuerza»  
(*Sacrosanctum Concilium*, 10)

## CELEBRACIÓN EUCARÍSTICA

### FIDELIDAD APOSTÓLICA

"Vivan orando y suplicando. Oren en todo tiempo según les inspire el Espíritu. Velen en común y perseveren en sus oraciones sin desanimarse nunca, intercediendo en favor de todos los santos, sus hermanos" (*Ef 6, 18*)

"Oren sin cesar"  
(*1Ts 5, 7*.)

### POLONGACIÓN DE LA CELEBRACIÓN EUCARÍSTICA

Oración del pueblo de Dios

Cada uno según su lugar propio en la Iglesia y las circunstancias de su vida.

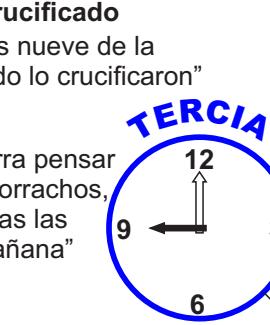
### MISTERIO DE CRISTO ENCARNACIÓN Y PASCUA



#### Jesús crucificado

"Eran como las nueve de la mañana cuando lo crucificaron"  
(*Mc 15, 25*)

"No se les ocurra pensar que estamos borrachos, pues son apenas las nueve de la mañana"  
(*Hch 2, 15*)



"Al día siguiente, mientras iba de camino, ya cerca de la ciudad, Pedro subió a la azotea para orar. Era el medio día" (*Hch 10, 9*)

Era el medio día

"Me adelanto a la aurora para clamarte, espero en tus Palabras"  
(*Sal 118, 147*)



"De la salida del sol hasta el ocaso,"

A. M. P. M.

#### OFICIO DE LECTURA

Se reza a la hora del día que más convenga



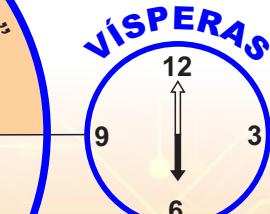
"Jesús le dijo;  
¿Qué está escrito en la escritura?  
¿Qué lees en ella?" (*Lc 10, 26*)



#### Muerte de Jesús

"A eso de las tres, Jesús gritó con fuerza: *Elí, Elí, lama sabactani*, que quiere decir: 'Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?'  
(*Mt 27, 46*)

"Un día Pedro Juan subían al templo para la oración de las tres de la tarde" (*Hch 3, 1*)



"Mis ojos se adelantaron al las horas y volví a meditar tu Palabra"  
(*Sal 118, 148*)

#### COMPLETAS



Se reza antes del descanso nocturno

"Alcen sus manos al Santuario por las noches, y bendigan al Señor" (*Sal 133, 2*)

----- "Siete veces al día yo te alabo por tus juicios que son justos" (*Sal 118, 164*) -----

"adquirir una instrucción litúrgica y bíblica más rica especialmente sobre los salmos" (*SC 90*). -----

## La vida de Oración

CATECISMO DE LA IGLESIA CATÓLICA 2697-2699

«**Es necesario acordarse de Dios más a menudo que de respirar»**

(San Gregorio Nacianceno, *Oratio 27* [teológica 1])

El Señor conduce a cada persona por los caminos que Él dispone y de la manera que Él quiere.

**Cada fiel, a su vez, le responde según la determinación de su corazón y las expresiones personales de su oración.**

Recogimiento del corazón

Oración vocal

Oración de meditación

Oración de contemplación

La Oración es la vida del corazón nuevo



### Ritmos de oración

destinados a alimentar la oración continua

**La Oración por la mañana**

**La Oración por la tarde**

**La Oración antes de comer**

**La Oración después de comer**

**La Liturgia de las Horas**

**El domingo, centrado en la Eucaristía,**

se santifica principalmente por medio de la oración.

**El ciclo del año litúrgico y sus grandes fiestas**

son los ritmos fundamentales de la vida de oración de los cristianos.

