



**Arquidiócesis Castrense de los
Estados Unidos de América
Oficina de Formación en la Fe**

*Anexo no. 2:
Prácticas y oraciones claves
para católicos*

Formando discípulos para la nueva evangelización

Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

El proceso catequístico en la infancia es eminentemente educativo. Busca desarrollar aquellos recursos humanos que brindan una base antropológica para la vida de fe, un sentido de confianza, libertad, entrega de sí mismo, invocación y participación gozosa. Los aspectos centrales de la formación de los niños son la capacitación en la oración y la introducción a las Sagradas Escrituras. (DGC, no. 178)

Introducción

Las siguientes prácticas y oraciones han sido recopiladas por los miembros del comité de redacción de la Guía arquidiocesana del currículo de religión, y provienen de fuentes que se consideran de dominio público. Las citas de las Escrituras que figuran en la versión original en inglés de este documento son una adaptación de *La Versión Estándar Revisada de la Biblia*, Derechos de Autor 1946, 1952, 1971, y la *Nueva Versión Estándar Revisada de la Biblia*, Derechos de Autor 1989, realizada por la División de Educación Cristiana del Consejo Nacional de Iglesias de Cristo de los Estados Unidos de América, y se utilizan con la correspondiente autorización. Todos los derechos reservados. Las correspondientes citas en español son una adaptación de *La Biblia Latinoamericana*, de la Sociedad Bíblica Católica Internacional. Todos los derechos reservados.

Este anexo de ninguna manera pretende ser exhaustivo. En ciertos casos, según corresponda, aparecerán correlaciones con el *Catecismo de la Iglesia Católica*. Es sumamente recomendable que este recurso sea compartido con todas las personas que participen en los programas y sus familias. Quienes utilicen este recurso deben consultar el texto más completo de los textos bíblicos de sus propias biblias y buscar más explicaciones sobre las prácticas y otras oraciones en el propio *Catecismo de la Iglesia Católica*, como así también en las colecciones más completas puestas a disposición del público por las editoriales católicas.

ÍNDICE I: Textos bíblicos

1. Las Bienaventuranzas A-11
2. Cántico de Zacarías A-11
3. Cántico de María A-12
4. Cántico de Simeón A-12
5. Los Diez Mandamientos A-12
6. Frutos del Espíritu A-12
7. Dones del Espíritu A-13
8. Dos grandes mandamientos A-13
9. El Nuevo mandamiento A-13
10. Salmo 23 A-13
11. Salmo 63 A-13
12. Salmo 141 A-14

ÍNDICE II: Prácticas devocionales

1. Bendición A-15
2. Días de ayuno A-16
3. Cómo rezar el Rosario y los misterios del Rosario A-16
4. El Vía Crucis A-17

ÍNDICE III: Prácticas litúrgicas

1. Celebración de la misa dominical A-19
2. Fiestas de precepto A-19
3. Liturgia de las horas A-19
4. El año litúrgico A-20
5. El orden de la misa A-22
6. Cómo recibir la Santa Comunión A-22
7. Sacramento de la penitencia/reconciliación A-23
8. Los siete sacramentos A-23

ÍNDICE IV: Prácticas morales

1. Virtudes cardinales A-25
2. Obras de misericordia corporales A-25
3. Preceptos de la Iglesia A-25
4. Obras de misericordia espirituales A-26
5. Virtudes teologales A-26
6. Pecados capitales A-26
7. Principios de la Doctrina Social Católica A-26

ÍNDICE V: Oraciones

- (Remítase a la sección donde se incluyen las oraciones) A-29

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

ÍNDICE I: Textos bíblicos

1. Las Bienaventuranzas (Mt. 5,1-12;
Lc. 6,20-23) [CCE no. 1716]

- 1) Felices los que tienen el espíritu pobre, porque de ellos es el Reino de los Cielos.
- 2) Felices los que lloran, porque recibirán consuelo.
- 3) Felices los pacientes, porque recibirán la tierra en herencia.
- 4) Felices los que tienen hambre y sed de justicia, porque serán saciados.
- 5) Felices los compasivos, porque obtendrán misericordia.
- 6) Felices los de corazón limpio, porque verán a Dios.
- 7) Felices los que trabajan por la paz, porque serán reconocidos como hijos de Dios.
- 8) Felices son los que son perseguidos por causa del bien, porque de ellos es el Reino de los Cielos.

2. Cántico de Zacarías (*Benedictus*)
(Lc. 1,68-79)

El Mesías y su precursor

Bendito sea el Señor, Dios de Israel, porque ha visitado y redimido a su pueblo.

Ahora sale triunfante nuestra salvación en la casa de David, su siervo, como la había dicho desde tiempos antiguos por boca de sus santos profetas: que nos salvaría de nuestros enemigos y de la mano de todos los que nos odian; que nos mostraría el amor que tiene a nuestros padres y cómo recuerda su santa alianza.

Pues juró a nuestro padre Abraham que nos libraría de nuestros enemigos para que lo sirvamos sin temor, justos y santos, todos los días de nuestra vida.

Y tú, niño, serás llamado profeta de Altísimo porque irás delante del Señor para prepararle sus caminos, para decir a su pueblo lo que será su salvación.

Pues van a recibir el perdón de sus pecados, obra de la misericordia de nuestro Dios, cuando venga de lo alto para visitarnos cual sol naciente, iluminando a los que viven en tinieblas, sentados en la sombra de la muerte, y guiar nuestros pasos por un sendero de paz.

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

3. Cántico de María (*Magnificat*) (Lc. 1,46-55) [CCE no. 2619]

Mi alma se alegra en el Señor

Proclama mi alma la grandeza del Señor, y mi espíritu se alegra en Dios mi Salvador, porque se fijó en su humilde esclava, y desde ahora todas las generaciones me llamarán feliz.

El Poderoso ha hecho grandes cosas por mí: ¡Santo es su Nombre! Muestra su misericordia siglo tras siglo a todos aquellos que viven en su presencia.

Dio un golpe con todo su poder: deshizo a los soberbios y sus planes. Derribó a los poderosos de sus tronos y exaltó a los humildes.

Colmó de bienes a los hambrientos y despidió a los ricos con las manos vacías.

Socorrió a Israel, su siervo, se acordó de su misericordia, como lo había prometido a nuestros padres, a Abraham y a sus descendientes para siempre.

4. Cántico de Simeón, (*Nunc Dimittis*) (Lc. 2,29-32)

Cristo es la luz de las naciones y la gloria de Israel

Ahora, Señor, ya puedes dejar que tu servidor muera en paz, como le has dicho.

Porque mis ojos han visto a tu salvador, que has preparado y ofreces a todos los pueblos, luz que se revelará a las naciones y gloria de tu pueblo, Israel.

5. Los Diez Mandamientos (Ex. 20,1-17; Dt. 5,6-22; también conocido como el Decálogo), [CCE no. 2055-56ff]

- 1) Yo soy Yavé, tu Dios: no tendrás otros dioses fuera de mí.
- 2) No tomarás en vano el nombre de Yavé, tu Dios.
- 3) Cuida de santificar el día sábado, como Yavé, tu Dios, te lo manda.
- 4) Honra a tu padre y a tu madre.
- 5) No matarás.
- 6) No cometerás adulterio.
- 7) No robarás.
- 8) No darás falso testimonio contra tu prójimo.
- 9) No desearás la mujer de tu prójimo.
- 10) No codiciarás nada de lo que le pertenece.

6. Frutos del Espíritu (extraído de traducción de la Vulgata de los Gálatas 5,22-23) [CCE no. 1832]

a) Terminología tradicional

Caridad
Alegría
Paz
Paciencia
Generosidad
Bondad
Longanimidad
Humildad
Fidelidad
Modestia
Continencia
Castidad

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

- b) Terminología alternativa (de la *Nueva Versión Estándar Revisada*) [Versión del traductor]

Amor
Gozo
Paz
Paciencia
Benignidad
Bondad
Fidelidad
Docilidad
Control de sí mismo
Modestia
Templanza
Castidad

7. Dones del Espíritu (extraído de Isaías 11, 1-3) [CCE no. 1830]

- a) Terminología tradicional:

Sabiduría
Inteligencia
Consejo
Fortaleza
Conocimiento
Piedad
Temor de Dios

- b) Terminología alternativa

Sabiduría
Comprensión
Juicio
Valor
Conocimiento
Reverencia
Asombro y sobrecogimiento en presencia del Señor

8. Dos grandes mandamientos (Lc 10,27)

- 1) Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con todas tus fuerzas y con toda tu mente.
- 2) Y amarás a tu prójimo como a ti mismo.

9. El nuevo mandamiento (Jn. 15,12)

"Este es mi mandamiento: que se amen unos a otros como Yo los he amado".

10. Salmo 23

El Señor es mi pastor: nada me falta; en verdes pastos él me hace reposar. A las aguas de descanso me conduce, y reconforta mi alma.

Por el camino del bueno me dirige, por amor de su nombre. Aunque pase por quebradas oscuras, no temo ningún mal, porque tú estás conmigo con tu vara y tu bastón, y al verlas voy sin miedo.

La mesa has preparado para mí frente a mis adversarios, con aceites perfumas mi cabeza y rellenas mi copa.

Irán conmigo la dicha y tu favor mientras dure mi vida, mi mansión será la casa del Señor por largos, largos días.

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

11. Salmo 63

(una parte tradicional de la oración de la mañana o Laudes)

Oh Dios, tú eres mi Dios, a ti te busco, mi alma tiene sed de ti; en pos de ti mi carne languidece cual tierra seca, sedienta, sin agua.

Por eso vine a verte en el santuario para admirar tu gloria y tu poder.

Pues tu amor es mejor que la vida, mis labios tu gloria cantarán.
Quiero bendecirte mientras viva y con las manos en alto invocar tu Nombre.

Mi alma está repleta, saciada y blanda, y te alaba mi boca con labios jubilosos.
Cuando estoy en mi cama pienso en ti, y durante la noche en ti medito, pues tú fuiste un refugio para mí y salto de gozo a la sombra de tus alas.

Mi alma se estrecha a ti con fuerte abrazo y tu diestra me toma de la mano. Los que en vano quieren perderme irán a parar debajo de tierra. Serán muertos al filo de la espada, servirán de festín a los chacales.

El rey se sentirá feliz en Dios, y cuantos juran por él se gloriarán: “Por fin se acalló a los mentirosos”.

12. Salmo 141

(una parte tradicional de la oración de tarde o Vísperas)

Señor, te llamo, ven sin demora, escucha mi voz cuando a ti grito.

¡Suba a ti mi oración como el incienso, mis manos que a ti levanto sean como la ofrenda de la tarde!

Pon, Señor, una guardia ante mi boca y vigila la puerta de mis labios. Mi corazón no inclines a obras malas, que en negocios oscuros no me meta con los que hacen el mal.

¡No me dejes probar tus golosinas! Que el justo me golpee y me corrija y el óleo de los malos no luzca en mi cabeza.

Mi oración denunciará siempre sus crímenes. Sus jefes fueron echados desde el peñón, comprendieron entonces que hablaba con bondad; cuando la tierra se abrió a sus pies, sus huesos tapizaron la entrada del infierno.

Adonái Señor, hacia ti vuelvo mis ojos, en ti me refugio, no expongas mi vida. Protégeme del lazo que me han tendido, de las trampas de los que hacen el mal.

Que en sus propias redes, caigan los impíos mientras que sólo a mí se me abre paso.

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

ÍNDICE II: Prácticas devocionales

1. Bendición – Rito de exposición eucarística y bendición

(Devoción eucarística)
[CCE no. 1378, 1416]

a) Formato tradicional

Exposición

- Canto (tal como "Víctima de la salvación / *O Salutaris*") (opcional)
- Ciborio o custodia tomada del tabernáculo, (lugar de reserva), y ubicada sobre el altar
- Incensación

Adoración

- Oraciones
- Cantos (tales como "Venid adoremos / *Tantum Ergo*") o lectura (opcional)
- Reverencia a la custodia o ciborio
- Silencio

Bendición-Incensación

- El sacerdote hace la señal de la cruz sobre las personas con la custodia o ciborio

Reposición

- El sacramento es ubicado nuevamente en el tabernáculo
- Las alabanzas divinas (opcional)
- Canto (o aclamación) (opcional)

b) Formato alternativo de bendición

Rito introductorio de exposición y bendición de la Sagrada Eucaristía

- Llamado a la adoración
- Expresión de adoración (canto o salmos)

Liturgia de la Palabra

- Incensación de las Escrituras (opcional)
- Proclamación de la Palabra
- Responsorio: Oración o canto (opcional)
- Homilía y/o meditación en silencio (opcional)

Exposición/Bendición

- Exposición del Santísimo Sacramento sobre el altar
- Incensación del Santísimo Sacramento y el altar
- Canto/oración de exposición
- El sacerdote bendice con el Santísimo Sacramento o "bendición"
- Reposición

Rito de conclusión

- Cántico (de Zacarías, María o Simeón)
- Oraciones de intercesión
- Oración de conclusión
- Bendición y despedida
- Alabanzas divinas (opcional)

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

2. Días de ayuno [CCE nos. 1434, 1438] y abstinencia (CCE nos. 2015, 1043)

- **Ayuno** significa limitaciones en la comida o bebida, A partir de 1966, en la Iglesia moderna, las normas para los días de ayuno permiten hacer solamente una sola comida completa al día, más desayuno y una “colación” (comida liviana).
- **Abstención (o abstinencia)** significa contenerse de ingerir ciertas clases de alimentos o bebidas, típicamente carne. A partir del primer siglo, se observan los viernes tradicionalmente como día de abstención en el consumo de carne para honrar a Cristo, quien sacrificó su propio cuerpo un día viernes.
 - a) Los días de ayuno (de 18–59 años de edad) y abstinencia (mayores de 14 años) universal son los siguientes: Miércoles de Ceniza y Viernes Santo.
 - b) Todos los viernes de Cuaresma son días de abstinencia solamente.

3. Cómo rezar el Rosario y los misterios del Rosario [CCE nos. 2678, 2708, cf. 1674]

- **Cómo rezar el Rosario**
 - a) Sostener el crucifijo y rezar el Credo de los Apóstoles.
 - b) Rezar el Padrenuestro al sostener las cuentas solitas.
 - c) Rezar el Ave María sobre cada cuenta de un grupo de tres o diez cuentas seguidas. Un grupo de diez Ave Marías se denomina “década del Rosario”.
 - d) Después de cada grupo de Ave María, rezar la oración del Gloria.
 - e) Concluir el Rosario rezando la oración de Salve Reina.

- **Salve Reina**

Dios te salve, Reina y Madre de misericordia, vida, dulzura y esperanza nuestra, Dios te salve.

A ti llamamos los desterrados hijos de Eva; a ti suspiramos, gimiendo y llorando en este valle de lágrimas.

Ea, pues, Señora, abogada nuestra, vuelve a nosotros esos tus ojos misericordiosos; y después de este destierro, muéstranos a Jesús, fruto bendito de tu vientre.

¡Oh, clementísima, oh piadosa, oh dulce Virgen María!

- **Los misterios del Rosario**

Misterios gozosos

(recitados los lunes y los sábados)

- 1) La anunciación
- 2) La visitación
- 3) La natividad
- 4) La presentación
- 5) Jesús es hallado en el Templo

Misterios dolorosos

(recitados los martes y los viernes)

- 1) La agonía en el huerto
- 2) La flagelación
- 3) La coronación de espinas
- 4) Jesús con la cruz a cuestas
- 5) La crucifixión

Misterios gloriosos

(recitados los miércoles y los domingos)

- 1) La resurrección
- 2) La ascensión
- 3) La venida del Espíritu Santo
- 4) La asunción
- 5) La coronación de María como Reina de los Cielos

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

Misterios luminosos

(recitados los jueves)

- 1) El bautismo de Jesús
- 2) Las bodas de Caná
- 3) El anuncio del Reino de Dios y la invitación a la conversión
- 4) La transfiguración
- 5) La institución de la Eucaristía

4. El Vía Crucis (también conocido como las Estaciones de la Cruz) [CCE no. 2669]

- 1) Jesús es condenado a muerte.
- 2) Jesús carga la cruz.
- 3) Jesús cae por primera vez.
- 4) Jesús encuentra a su santísima madre.
- 5) Simón ayuda a Jesús a llevar la cruz.
- 6) Verónica limpia el rostro de Jesús.
- 7) Jesús cae por segunda vez.
- 8) Jesús Consuela a las mujeres de Jerusalén.
- 9) Jesús cae por tercera vez.
- 10) Jesús es despojado de sus vestiduras.
- 11) Jesús es clavado en la cruz.
- 12) Jesús muere en la cruz.
- 13) Jesús es descendido de la cruz.
- 14) Jesús es sepultado.

ÍNDICE III: Prácticas litúrgicas

1. Celebración de la misa dominical

(remítase también a fiestas de precepto y el orden de la misa, detalles más abajo) [CCE no. 1166-67]

La celebración del día del Señor y de su Eucaristía tiene un papel principalísimo en la vida de la Iglesia Católica (CCE, no. 2177-79). Si bien últimamente ha habido algunos malos entendidos respecto de la seriedad de esta obligación, el precepto de la Iglesia lo especifica claramente de la siguiente manera:

- Los domingos y las demás fiestas de precepto los fieles tienen obligación de participar en la misa. (CCE #2180; Código de Derecho Canónico [*Codex iuris canonicae* - CIC], can.1247)
- Cumple el precepto de participar en la misa quien asiste a ella dondequiera que se celebre en un Rito Católico, tanto el día de la fiesta como el día anterior por la tarde. ([CIC], c.1248 par. 2.)

2. Fiestas de precepto [CCE no. 2042] (observados en los Estados Unidos)

En los Estados Unidos se han designado seis “fiestas de precepto” en las cuales se espera que la comunidad se reúna para la celebración de la Eucaristía de igual manera que lo hace los domingos. Estas fiestas son:

- 1) Navidad, la Natividad del Señor: 25 de diciembre
- 2) María, Madre de Dios: 1 de enero
- 3) Ascensión: jueves de la sexta semana de la Pascua
- 4) Asunción: 15 de agosto
- 5) Todos los Santos: 1 de noviembre

6) Inmaculada Concepción: 8 de diciembre

Cuando el 1 de enero, el 15 de agosto o el 1 de noviembre cae en día sábado o lunes, la fiesta se celebra, pero ya no hay obligación de participar en la Eucaristía. Sin embargo, la Inmaculada Concepción y Navidad son siempre fiestas de precepto. En muchas diócesis de los Estados Unidos, la celebración de la Ascensión se ha pasado al domingo siguiente.

3. Liturgia de las horas (también denominada Breviario Romano, Oficio Divino) ([CCE nos. 1174-78])

- a) El ciclo completo de oración diaria de la Iglesia generalmente comenzaba con el *Venite Exsultemus* (Salmo 95). El cumplimiento de la obligación de rezar en momentos determinados: a la mañana, al atardecer y antes de irse a dormir, denominado Oficio Divino (obligación sagrada), fue actualizado por el Concilio Vaticano II y publicado como la Liturgia de las Horas en 1971. El libro utilizado para esta celebración se denominó breviario. Los Benedictinos hacen referencia a este como el *Opus Dei* (latín: obra de Dios).
- b) El *Catecismo de la Iglesia Católica nos enseña* (CCE no. 1175) que la Liturgia de las Horas está llamada a ser la oración de todo el pueblo de Dios y alienta a que las horas principales tales como las vísperas (oración de la tarde), se celebren comunitariamente los domingos y las fiestas solemnes. Este ministerio de la oración debe incluir a todos los laicos bautizados, bien con los sacerdotes, o reunidos entre sí, o incluso solos.

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

- c) El orden actual de la Liturgia de las Horas revisada es el siguiente:
- Primera hora: Oficio de lecturas (correspondiente a los maitines antiguos)
 - Segunda hora: Oración de la mañana (Laudes)
 - Tercera hora: Oración del día (Mediodía)
 - Cuarta hora: Oración de la tarde (Vísperas)
 - Quinta hora: Oración de la noche (Completas)
- d) La celebración comunitaria de formas más simples de la oración de la mañana y de la oración de la tarde es sumamente alentada. Estas dos “horas” normalmente deben incluir:
- El canto de un himno relacionado con el tiempo, fiesta u hora del día
 - El canto o la recitación de uno o más salmos
 - Una breve lectura extraída de las Escrituras
 - Cántico de Zacarías a la mañana o Cántico de María a la tarde
 - Oraciones intercesoras, incluida la oración del Padrenuestro
4. **El año litúrgico** [CCE nos. 1163-78]
- a) **El año litúrgico** de la Iglesia nos permite celebrar y experimentar el misterio de nuestra redención en Cristo recordando los grandes sucesos de la historia de la salvación en la celebración de la liturgia.
- b) **El tiempo de Adviento** [CCE nos. 522-24; 840 y 1040] es el comienzo de año litúrgico de la Iglesia Occidental. El tiempo de cuatro semanas se concentra primero en prepararnos para la venida final de Jesús como Señor y Juez al final de los tiempos y, durante los últimos ocho días, para recordar la Navidad, momento en que Jesús ingresa en la historia. Si Navidad cae en domingo, el Adviento es un período de cuatro semanas completas. Si Navidad cae en lunes, el Adviento tendrá su período más corto.
- c) **El tiempo de Navidad** [CCE nos. 525-526] es la celebración del nacimiento de Jesús y de la Epifanía (manifestación) y es el segundo en significación después del Tiempo Pascual. Sus fiestas son las siguientes:
- Navidad: 25 de diciembre
 - Sagrada Familia: el domingo siguiente a la Navidad
 - María, Madre de dios: 1 de enero
 - Epifanía, en Estados Unidos: el domingo siguiente al 1 de enero
 - Bautismo del señor, generalmente el domingo siguiente a la Epifanía
- d) **La Cuaresma** [CCE nos. 540, 1095, 1478] es el tiempo de penitencia que incluye seis domingos y los días de semana para prepararse para la fiesta de Pascua. La Pascua comienza el miércoles de ceniza y termina con el inicio de la misa de la Cena del Señor, la noche del Jueves Santo. Históricamente, y ahora nuevamente con la restauración del Rito de la Iniciación Cristiana de Adultos, la

Formando discípulos para la nueva evangelización

Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

Cuaresma ha sido el período de preparación final, a la manera de retiro espiritual, para quienes se iniciación en la Iglesia y en el misterio Pascual de la Vigilia de Pascua. También es, para quienes están bautizados, un momento especial para renovar su compromiso bautismal.

- **La Semana Santa** se refiere a la semana que comienza con el Domingo de Ramos o Domingo de la Pasión y finaliza con el Sábado Santo.

- e) **El Triduo** o los tres grandes días:
- Comienza con la misa vespertina de la Cena del Señor el Jueves Santo,
 - continúa durante la celebración de la Pasión del Señor que tiene lugar el Viernes Santo,
 - culmina con la Vigilia Pascual y
 - concluye con la oración de la tarde del domingo de Pascua.
- f) **El tiempo pascual** [CCE no. 1217] comienza con la celebración de la Vigilia Pascual, la tarde/noche del Sábado Santo. Es la fiesta cristiana más antigua (“fiesta de las fiestas” o “Gran Sábado”), que celebra la resurrección de Cristo. Este tiempo es el centro del año litúrgico cristiano. También se lo conoce como “los Grandes Cincuenta Días”, denominación que hace referencia al período comprendido entre el Sábado de Pascua y el Domingo de Pentecostés, donde se celebra nuestra participación en la resurrección de Jesucristo. La última semana de este período, desde la Ascensión hasta Pentecostés, se centra en la

promesa de la presencia y el poder del Espíritu Santo.

- g) **Tiempo Ordinario** es el nombre con que se denomina a las treinta y tres o treinta y cuatro semanas (dependiendo del día en que se celebre la Pascua) del año litúrgico aparte de los tiempos de Adviento/Navidad y Cuaresma/Pascua. Es la parte del año litúrgico durante la cual no se celebra ningún aspecto particular del misterio cristiano.

h) **Otros días festivos para honrar a Cristo y a los santos**

- **Solemnidades:** celebraciones en conmemoración de sucesos, creencias y personas de suma importancia y significación universal en la historia de la salvación. Su observancia comienza con la oración de la tarde del día anterior a la celebración. Ejemplos de dichas solemnidades para celebrar el misterio de Jesús son el 25 de marzo, la Anunciación, *Corpus Christi* (Fiesta del Cuerpo y la Sangre de Cristo) el domingo siguiente al Domingo de la Trinidad (el domingo siguiente a Pentecostés), el Sagrado Corazón (viernes siguiente a *Corpus Christi*), y la fiesta de Cristo Rey (último domingo del tiempo ordinario). Como ejemplo de solemnidades en honor de los santos cabe mencionar los siguientes: San José, esposo de María (19 de marzo), Natividad de San Juan Bautista (24 de junio) y San Pedro y San Pablo, Apóstoles (29 de junio).
- Las **fiestas** son de menor significado e incluyen días como la Transfiguración (6 de agosto), Exaltación de la Cruz (14 de setiembre) y Dedicación de la Basílica de San Juan de Letrán, la Iglesia Madre del Catolicismo

Formando discípulos para la nueva evangelización

Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

Romano y la catedral del papa (9 de noviembre) y

Nuestra Señora de Guadalupe (12 de diciembre).

- Los memoriales son los que menor significación revisten. Típicamente conmemoran las vidas de los santos y ciertas fiestas de la Virgen María tales como Nuestra Señora del Rosario (7 de octubre). Los memoriales se dividen entre obligatorios y opcionales. Los memoriales opcionales a veces son significativos para algunos países o comunidades religiosas. Por ejemplo, santa Katherine Drexel en los Estados Unidos (3 de marzo).

5. Orden de la misa (Eucaristía, la cena del Señor, el sacrificio de la misa) [CCE no. 1332; cf 1088, 1382, 2192]

A) Ritos introductorios

- Entrada (con canto)
- Veneración del altar y el saludo
- Rito penitencial o rito de bendición y aspersion con agua bendita
- Gloria a Dios (*Gloria* – excepto durante el Adviento y la Cuaresma)
- Oración de apertura

B) Liturgia de la Palabra

- Primera Lectura (generalmente del Antiguo Testamento y los Hechos de los Apóstoles)
- Salmo Responsorial
- Segunda Lectura (se omite en los días de semana salvo que coincida con una fiesta de Cartas del Nuevo Testamento)

- Aclamación del Evangelio (Aleluya, excepto durante la Cuaresma)
- Lectura del Evangelio
- Homilía
- Profesión de fe (el Credo)
- Intercesiones generales

C) Liturgia de la Eucaristía

- Preparación de los Dones (con música o cantos)
- Oración Eucarística (con aclamaciones cantadas: Santo, Santo [*Sanctus*]; aclamación memorial; el gran amén)
- Distribución de la Comunión (con canto)

D) Rito de conclusión

- Saludo
- Bendición
- Salida (con canto)

6. Cómo recibir la Santa Comunión

(Remítase también a los siete sacramentos, la Eucaristía) [CCE no. 1322]

- a) Para recibir la Santa Comunión, usted debe estar libre de pecado mortal. Debe arrepentirse de cualquier pecado venial que haya cometido desde su última confesión. El rito penitencial al comienzo de la misa es una oportunidad para expresar su arrepentimiento.
- b) Para honrar al Señor, hacemos ayuno durante una hora antes de recibir la Santa Comunión. Ayunar significa no ingerir ningún alimento o bebida, excepto agua o medicamentos.

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

- c) A los católicos se les exige comulgar al menos una vez por año durante el tiempo de Pascua. Sin embargo, es importante comulgar con frecuencia, si es posible, en cada misa.
- d) Generalmente, a los católicos se les permite comulgar solamente una vez por día. Hay algunas excepciones, tales como al asistir a la liturgia de una boda o un funeral.

7. Sacramento de la penitencia

(también llamado confesión, reconciliación, conversión, perdón).
Remítase también a los siete sacramentos.
[CCE nos. 980, 1422, 1440]

A) Rito de reconciliación individual

- a. Bienvenida
- b. Lectura de las Escrituras (opcional)
- c. Confesión de los pecados
- d. El sacerdote asigna una penitencia
- e. Acto de contrición
- f. Absolución
- g. Oración de clausura

B) Rito de reconciliación comunal

- a. Saludo
- b. Lectura de las Escrituras
- c. Homilía
- d. Examen de conciencia con letanía de contrición y la oración del Padrenuestro
- e. Confesión individual, asignación de la penitencia y absolución
- f. Oración de clausura

8. Los siete sacramentos [CCE no. 1210]

- 1) Bautismo [CCE nos. 977, 1213ff, 1275, 1278]
- 2) Confirmación [CCE. #1285]
- 3) Eucaristía [CCE nos. 1322ff; 2177]
- 4) Reconciliación [CCE nos.1422; 1440-1470]
- 5) Unción de los enfermos [CCE nos. 1499, 1520, 1526-32]
- 6) Orden Sagrado [CCE nos. 1536]
- 7) Matrimonio [CCE no.1601]

ÍNDICE IV: Prácticas morales

1. **Virtudes cardinales** (Prudencia, justicia, fortaleza y templanza) [CCE nos. 1805, 1834]
2. **Obras de misericordia corporales** (cuidado del cuerpo)[CCE no. 2447]
 - 1) Dar de comer al hambriento.
 - 2) Dar de beber al sediento.
 - 3) Vestir al desnudo.
 - 4) Dar techo a quien no lo tiene.
 - 5) Visitar a los enfermos
 - 6) Visitar a los presos.
 - 6) Enterrar a los muertos.
3. **Examen de conciencia:** Hacer un examen de conciencia significa mirar dentro de nuestro corazón y pedir la gracia para ver nuestros pensamientos, palabras y acciones, así como los ve Cristo. Hacemos esto para descubrir dónde no hemos cumplido con nuestras responsabilidades, dónde no hemos sido virtuosos y dónde pudimos haber pecado. Un examen de conciencia debe estar seguido de arrepentimiento por los pecados cometidos y de una promesa de evitarlos en el futuro. Debemos examinar nuestra conciencia a menudo, pero en especial antes del Sacramento de la Penitencia y la Reconciliación.
4. **Preceptos de la Iglesia (o mandamientos de la Iglesia)** [CCE nos. 2041-2043; USCCA pp. 334-35]

Algunos de los deberes específicos que se esperan de los cristianos católicos como obligación mínima son los siguientes:

 - 1) Asistir a misa los domingos y los días de obligación, y descansar del trabajo servil. Al igual que el domingo, los días de fiestas de

- precepto tales como fechas especiales de Jesús, la Santísima Madre y de los santos deben ser tratados diferente a otros días de la semana.
- 2) Confesar sus pecados al menos una vez al año. Obligatorio para aquellas personas conscientes de pecado mortal. Participar del sacramento de la penitencia y la reconciliación frecuente nos ayuda a prepararnos para celebrar la Eucaristía y el proceso continuo de conversión iniciado en el bautismo.
 - 3) Recibir el sacramento de la Eucaristía cuando menos durante la cuaresma. Este tiempo se extiende desde el primer domingo de cuaresma hasta el domingo de la Santísima Trinidad en los EEUU. Ya que la Eucaristía es la fuente y la cumbre de la vida para todos en la Iglesia, Ella enseña que cada persona debe recibir la comunión por lo menos una vez al año para su propio bien.
 - 4) Observar los días de ayuno y abstinencia establecidos por la Iglesia. El ayuno es evitar alimento y bebida. Abstinencia es evitar comer carne. La Iglesia identifica días y tiempos específicos para ayunar y abstinencia para preparar a los feligreses para algunas fiestas especiales; dichas acciones de sacrificio pueden ayudarnos a crecer en auto disciplina y santidad.
 - 5) Proporcionar ayuda a las necesidades de la Iglesia. Esto significa apoyar las actividades de la Iglesia con tiempo, talento y recursos financieros.
 - 6) Observar las leyes de la Iglesia sobre el matrimonio.

Formando discípulos para la nueva evangelización

Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

5. Obras de misericordia espirituales

(para cuidado del espíritu)[CCE no. 2447]

- 1) aconsejar al que duda.
- 2) Instruir al que no sabe.
- 3) Corregir al pecador.
- 4) Confortar al afligido.
- 5) Perdonar las injurias.
- 6) Tolerar los defectos y equivocaciones del prójimo con paciencia.
- 7) Orar por los vivos y los muertos.

6. Virtudes teologales (la fe, la esperanza y la caridad o amor [CCE no. 1813])

7. Pecados capitales: Pecados que engendran otros pecados e inmoralidades. Generalmente se los cita como siete: soberbia, avaricia, envidia, ira, gula, lujuria y pereza [CCE no. 1866].

8. Temas clave de la Doctrina Social Católica: La doctrina social de la Iglesia es un enorme tesoro de sabiduría en lo que hace a construir una sociedad justa y llevar una vida de santidad entre todos los desafíos de la sociedad moderna. Estos siete temas clave están en el corazón mismo de nuestra tradición social católica. Este resumen debe ser solo un punto de comienzo para quienes estén interesados en conocer la doctrina social católica. Una comprensión cabal únicamente puede lograrse leyendo los documentos papales, conciliares y episcopales que conforman esta rica tradición. Remítase especialmente a *Cómo compartir la Doctrina Social Católica: Desafíos e instrucciones* publicado por la Conferencia de los Obispos Católicos de los Estados Unidos.¹

Vida y dignidad de la persona humana

La Iglesia Católica proclama que la vida humana es sagrada y que la dignidad de la persona humana es el fundamento de una visión moral para la sociedad. Esta creencia es el fundamento de todos los principios de nuestra doctrina social. En nuestra sociedad, la vida humana se encuentra bajo el ataque directo del aborto y la eutanasia. El valor de la vida humana está siendo amenazado por la clonación, las investigaciones sobre células madre embrionarias y la aplicación de la pena de muerte. El poner la mira intencionalmente en la población civil durante un conflicto de guerra o un ataque terrorista siempre está mal. La enseñanza católica también nos llama a hacer todo lo posible para evitar las guerras. Las naciones deben proteger el derecho a la vida, encontrando maneras cada vez más eficaces de evitar los conflictos, como así también de resolverlos por medios pacíficos. Creemos que toda persona tiene un valor inestimable, que las personas son más importantes que las cosas y que la medida para valorar cada institución se basa en si amenaza o acrecienta la vida y la dignidad de la persona humana.

Llamado a la familia, a la comunidad y a la participación

La persona no solo es sagrada, sino también social. La manera en que organizamos nuestra sociedad (en lo económico y lo político, con leyes y políticas) afecta directamente la dignidad humana y la capacidad de los individuos para crecer en comunidad. El matrimonio y la familia son las instituciones centrales de la sociedad y deben ser apoyadas y fortalecidas, no minadas. Creemos que todas las personas tienen el derecho y el deber de participar en la sociedad, buscando juntas el bien común y el bienestar para todos, especialmente para los pobres y los vulnerables.

¹ USCCB, Editorial, documento No. 5-281.

Formando discípulos para la nueva evangelización

Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

Derechos y responsabilidades

La tradición católica enseña que se puede proteger la dignidad humana y se puede establecer una comunidad saludable solo si se protegen los derechos humanos y se cumple con las responsabilidades. Por lo tanto, toda persona tiene un derecho fundamental a la vida y un derecho a todo lo necesario para vivir con decencia. Conjuntamente con estos derechos, hay también deberes y responsabilidades, de unos a otros, hacia nuestras familias y hacia la sociedad en general.

Opción por los pobres y los vulnerables

Una prueba moral básica es ver cómo les va a los miembros más vulnerables de nuestra sociedad. En una sociedad marcada por divisiones cada vez más profundas entre ricos y pobres, nuestra tradición nos recuerda la historia del Juicio Final (Mt 25,31-46) y nos enseña a preocuparnos primero por las necesidades de los pobres y los vulnerables.

La dignidad del trabajo y los derechos de los trabajadores

La economía debe servir al pueblo y no al revés. El trabajo es más que una forma de ganarse la vida, es una forma de participar continuamente en la creación de Dios. Si se ha de proteger la dignidad del trabajo, entonces deben respetarse los derechos básicos de los trabajadores -el derecho a un trabajo productivo, a salarios decentes y justos, a organizar sindicatos y afiliarse a ellos, a la propiedad privada y a la iniciativa económica.

Solidaridad

Somos una familia humana cualesquiera sean nuestras diferencias nacionales, raciales, étnicas, económicas e ideológicas. Somos los custodios de nuestros hermanos y hermanas dondequiera que se encuentren. Amar a nuestro prójimo tiene dimensiones globales en

un mundo cada vez más pequeño. En el mismo centro de la virtud de la solidaridad está la búsqueda de la justicia y la paz. El Papa Pablo VI nos dijo: “Si quieres la paz, trabaja por la justicia”. El Evangelio nos llama a ser pacificadores. Nuestro amor por todos nuestros hermanos y hermanas exige que fomentemos la paz en un mundo rodeado de violencia y conflicto.

El cuidado por la creación de Dios

Nosotros mostramos nuestro respeto por el Creador administrando la creación. “Cuidemos la tierra” no es simplemente un eslogan para el Día de la Tierra; es un requisito de nuestra fe. Estamos llamados a proteger a las personas y al planeta, viviendo nuestra fe en relación con toda la creación de Dios. Este desafío ambiental tiene dimensiones morales y éticas que no pueden ser ignoradas.

ÍNDICE V: Oraciones

1. **Acto de contrición** (Remítase también a prácticas litúrgicas, sacramento de la reconciliación)

a) Pésame, Dios mío, y me arrepiento de todo corazón de haberos ofendido. Pésame por el infierno que merecí y por el cielo que perdí. Pero mucho más me pesa, porque pecando ofendí a un Dios tan bueno y tan grande como Vos. Antes querría haber muerto que haberos ofendido, y propongo firmemente no pecar más y evitar todas las ocasiones próximas de pecado. Amén. [CCIC]

b) Dios mío, me arrepiento de todo corazón de todos mis pecados porque al pecar y no hacer el bien a ti y a tu Santa Iglesia ofendí. Por eso me propongo firmemente, con ayuda de tu Hijo, reparar mis pecados y amarte por sobre todas las cosas.

2. **Acto de fe**

Señor Dios, creo firmemente y confieso todas y cada una de las verdades que la Santa Iglesia Católica propone, porque tú las revelaste, oh Dios, que eres la eterna Verdad y Sabiduría, que ni se engaña ni nos puede engañar. Quiero vivir y morir en esta fe. Amén.

3. **Acto de esperanza**

Señor, nunca renunciamos a tener Tu amor. Tenemos esperanza y trabajamos para la venida de Tu reino y por una venida eternal junto a Ti en el cielo.

4. **Acto de caridad**

Señor, te amamos por sobre todas las cosas. Ayúdanos a amarnos a nosotros mismos y a nuestro prójimo tal como

Jesús nos enseñó a hacerlo. Dios mío, te amo por encima de todo porque Tú eres todo bondad y merecedor de todo mi amor. Amo a mi prójimo como a mí mismo, por tu amor. Perdono a todos aquellos que me han lastimado y pido perdón por el daño que yo les he causado a ellos. Amén.

5. **Ángel de Dios**

Ángel de Dios, mi guardián querido, al cual su amor me ha encomendado aquí, está siempre en este día a mi lado, para alumbrarme, guardarme, regirme y guiarme. Amén.

6. **Ángelus (El Ángel)**

V. El ángel del Señor anunció a María.
R. Y concibió por obra y gracias del Espíritu Santo. *Dios te salve, María...*

V. He aquí la esclava del Señor.
R. Hágase en mí según tu palabra. *Dios te salve, María...*

V. Y el Verbo de Dios se hizo carne.
R. Y habitó entre nosotros. *Dios te salve, María...*

V. Ruega por nosotros, Santa Madre de Dios,
R. Para que seamos dignos de alcanzar las promesas de Jesucristo.

Oremos

Infunde, Señor, tu gracia en nuestras almas, para que, los que hemos conocido, por el anuncio del Ángel, la Encarnación de tu Hijo Jesucristo, lleguemos por los Méritos de su Pasión y su Cruz, a la gloria de la Resurrección. Por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.

Gloria al Padre... (CCIC)

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

7. Regina Caeli

V. Reina del cielo alégrate; aleluya.
R. porque el Señor a quien has merecido llevar; ¡aleluya!

V. Ha resucitado según su palabra; ¡aleluya! *Dios te salve, María...*
R. Ruega al Señor por nosotros; ¡aleluya!

V. Gózate y alégrate, Virgen María; ¡aleluya!
R. Porque verdaderamente ha resucitado el Señor; ¡aleluya! *Dios te salve, María...*

Oremos (la misma oración que antes para el Ángelus)

8. Anima Christi [Compendio, p. 188]

Alma de Cristo, santifícame. Cuerpo de Cristo, sálvame. Sangre de Cristo, embriágame. Agua del costado de Cristo, lávame. Pasión de Cristo, confórtame.
¡Oh, buen Jesús!, óyeme. Dentro de tus llagas, escóndeme. No permitas que me aparte de Ti.
Del maligno enemigo, defiéndeme. En la hora de mi muerte, llámame. Y mándame ir a Ti. Para que con tus santos te alabe. Por los siglos de los siglos. Amén

9. Credo de los Apóstoles

Creo en Dios, Padre Todopoderoso, Creador del cielo y de la tierra. Creo en Jesucristo, su único Hijo, Nuestro Señor, que fue concebido por obra y gracia del Espíritu Santo, nació de Santa María Virgen, padeció bajo el poder de Poncio Pilato, fue crucificado, muerto y sepultado,

descendió a los infiernos, al tercer día resucitó de entre los muertos, subió a los cielos y está sentado a la derecha de Dios, Padre todopoderoso. Desde allí ha de venir a juzgar a vivos y muertos. Creo en el Espíritu Santo, la santa Iglesia católica, la comunión de los santos, el perdón de los pecados, la resurrección de la carne y la vida eterna. Amén.

10. Credo Niceno

Creo en un solo Dios, Padre Todopoderoso, Creador del cielo y de la tierra, de todo lo visible y lo invisible.

Creo en un solo Señor, Jesucristo, Hijo único de Dios, nacido del Padre antes de todos los siglos: Dios de Dios, Luz de Luz, Dios verdadero de Dios verdadero, engendrado, no creado, de la misma naturaleza del Padre, por quien todo fue hecho; que por nosotros, los hombres, y por nuestra salvación bajó del cielo, y por obra del Espíritu Santo se encarnó de María, la Virgen, y se hizo hombre; y por nuestra causa fue crucificado en tiempos de Poncio Pilato; padeció y fue sepultado, y resucitó al tercer día, según las Escrituras, y subió al cielo, y está sentado a la derecha del Padre; y de nuevo vendrá con gloria para juzgar a vivos y muertos, y su reino no tendrá fin.

Creo en el Espíritu Santo, Señor y dador de vida, que procede del Padre y del Hijo, que con el Padre y el Hijo recibe una misma adoración y gloria, y que habló por los profetas.

Creo en la Iglesia, que es una, santa, católica y apostólica. Confieso que hay un solo Bautismo para el perdón de los pecados. Espero la resurrección de los muertos y la vida del mundo futuro. Amén.

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

11. Las alabanzas divinas (generalmente utilizado en el contexto de bendición)

- 1) Bendito sea Dios.
- 2) Bendito sea su Santo Nombre.
- 3) Bendito sea Jesucristo, verdadero Dios y verdadero Hombre.
- 4) Bendito sea el nombre de Jesús
- 5) Bendito sea su Sacratísimo Corazón.
- 6) Bendita sea su Preciosísima Sangre.
- 7) Bendito sea Jesús en el Santísimo Sacramento del Altar.
- 8) Bendito sea el Espíritu Santo Consolador.
- 9) Bendita sea la incomparable Madre de Dios, la Santísima Virgen María.
- 10) Bendita sea su Santa e Inmaculada Concepción.
- 11) Bendita sea su gloriosa Asunción.
- 12) Bendito sea el Nombre de María Virgen y Madre.
- 13) Bendito sea San José, su casto esposo.
- 14) Bendito sea Dios en sus Ángeles y en sus Santos.

12. El eterno reposo

Dale Señor el descanso eterno.
Brille para él la luz perpetua.
Descanse en paz. Amén.

13. Oración de la noche

Señor, cuida de nosotros esta noche.
Gracias a la fortaleza que nos brindas,
nos levantaremos al entrar el día para
regocijarnos en la resurrección de
Jesucristo, Tu Hijo, quien vive y reina
entre nosotros, por los siglos de los
siglos. Amén.

14. El Gloria (*Gloria Patri*)

Gloria al Padre,
y al Hijo,
y al Espíritu Santo:
Como era en el principio,
ahora y siempre,
Por los siglos de los siglos. Amén

15. Bendición antes de las comidas

Señor, bendice estos alimentos, que
recibimos de tu generosidad,
te lo pedimos por Cristo, nuestro
Señor. Amén.

16. Bendición después de las comidas

Te damos gracias, Señor, por los
alimentos que nos has dado y por
todas las bendiciones que hemos
recibido de Ti, a través de Jesucristo,
nuestro Señor. Amén.

17. Ave María

(También remítase a Prácticas –Cómo
rezar el Rosario y los misterios del
Rosario y oración del Ángelus)

Dios te salve, María,
llena eres de gracia;
el Señor es contigo.
Bendita Tú eres
entre todas las mujeres,
y bendito es el fruto de tu vientre,
Jesús.
Santa María, Madre de Dios,
ruega por nosotros, pecadores,
ahora y en la hora de nuestra muerte.
Amén.

18. El Padrenuestro (*Pater Noster*)

Padrenuestro que estás en el cielo,
santificado sea tu Nombre: venga a
nosotros tu Reino;
hágase tu voluntad
en la tierra como en el cielo.
Danos hoy nuestro pan de cada día;
perdona nuestras ofensas,

Formando discípulos para la nueva evangelización

Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden; no nos dejes caer en la tentación, y libranos del mal.

[Dentro del contexto de la liturgia, siguiendo la oración del celebrante, agregamos:]

Tuyo es el Reino, el poder y la Gloria por los siglos de los siglos. Amén.

19. Memorare (Recordatorio)

Acordaos,
oh piadosísima Virgen María,
que jamás se ha oído decir
que ninguno de los que han acudido
a tu protección,
implorando tu asistencia
y reclamando tu socorro,
haya sido abandonado de ti.
Animado con esta confianza,
a ti también acudo, oh Madre,
Virgen de las vírgenes,
y aunque gimiendo
bajo el peso de mis pecados,
me atrevo a comparecer
ante tu presencia soberana.
No deseches mis humildes súplicas,
oh Madre del Verbo divino,
antes bien, escúchalas
y acógelas benignamente. Amén.
(CCIC)

20. Ofrenda matinal

a) Santísima Trinidad, un mismo Dios en tres Personas, te alabo y te doy las gracias por todos los favores que me has concedido.
Tu bondad me ha preservado hasta ahora.
Te ofrezco todo mi ser y en particular, todos mis pensamientos, palabras y obras, junto con todas las pruebas por las que pueda atravesar en este día.

Ofréceles tu bendición.
Que tu amor divino las anime y sirvan para tu gloria. *[Traducción del texto inglés]*

b. Hago esta ofrenda matinal en unión con las divinas intenciones de Jesucristo, quien se ofrece a Sí mismo todos los días en el sagrado sacrificio de la Misa, y en unión con su Santa Madre, la Virgen María, también nuestra Madre, quien siempre fue fiel al Señor y estuvo a su servicio. Amén.

[Traducción del texto inglés]

c. Dios, Todopoderoso, gracias por tus bendiciones pasadas.
Hoy me ofrezco a mí mismo, cualquier cosa que haga, diga o piense, la entrego para tu amoroso cuidado. Continúa bendiciéndome, Señor.
Hago esta ofrenda matinal en unión con las divinas intenciones de Jesucristo, quien se ofrece a sí mismo diariamente en el sagrado sacrificio de la Misa, y en unión con su Santa Madre, la Virgen María, también nuestra Madre, quien siempre fue fiel al Señor y estuvo a su servicio.

[Traducción del texto inglés]

21. Oración de la mañana

Dios Todopoderoso,
Tú, que nos has dado este día, fortalécenos con tu poder y no dejes que caigamos en pecado, permite que cualquiera sean nuestras palabras, nuestros pensamientos o nuestras acciones, sean a tu servicio y por el bien de tu reino. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor. Amén.

[Traducción del texto inglés]

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

22. Oración de alabanza (extraído del salmo 118)

Den gracias a Dios, porque Él es bueno, pues su bondad perdura para siempre.

23. Oración ante un crucifijo

Mírame, ¡oh, mi amado y buen Jesús!, postrado en tu presencia; te ruego con el mayor fervor imprimas en mi corazón vivos sentimientos de fe, esperanza y caridad, verdadero dolor de mis pecados y firmísimo propósito de jamás ofenderte; mientras que yo, con el mayor afecto y compasión de que soy capaz, voy considerando y contemplando tus cinco llagas, teniendo presente lo que de Ti, oh buen Jesús dijo el Profeta David: "Han taladrado mis manos y mis pies y se pueden contar todos mis huesos" Amén

24. Oración por la Iglesia

Recuerda, Señor, a tu Santa Iglesia. Líbranos del mal. Haznos perfectos en tu amor. Júntanos de los cuatro rincones de la tierra y haznos hombres y mujeres santos. Tuyo es el reino, el poder y la gloria, por los siglos de los siglos. Amén. *[Traducción del texto inglés]*

25. Oración al Espíritu Santo

Ven, Espíritu Santo,
Llena los corazones de tus fieles
y enciende en ellos
el fuego de tu amor.
Envía, Señor, tu Espíritu.
Que renueve la faz de la Tierra.
Oh Dios,
que llenaste los corazones de tus fieles
con la luz del Espíritu
Santo; concédenos que,
guiados por el mismo Espíritu,
sintamos con rectitud y
gocemos siempre de tu consuelo.
Por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.

26. Oración por la paz (atribuida a San Francisco de Asís)

Señor, haz de mí un instrumento de tu paz:
donde haya odio, que yo lleve el amor,
donde haya ofensa, que yo lleve el perdón,
donde haya discordia, que yo lleve la unión,
donde haya duda, que yo lleve la fe,
donde haya error, que yo lleve la verdad,
donde haya desesperación, que yo lleve la esperanza,
donde haya tristeza, que yo lleve la alegría,
donde haya tiniebla, que yo lleve la luz.
Oh, maestro, haz que yo nunca busque ser consolado, sino consolar, ser comprendido, sino comprender, ser amado, sino yo amar.
Porque es dando como se recibe, es perdonando, como se es perdonado, y muriendo se resucita a la vida eterna.

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

27. La coraza de san Patricio (atribuida a san Patricio)

Me levanto hoy por medio de poderosa fuerza, la invocación de la Trinidad, por medio de creer en sus Tres Personas, por medio de confesar la Unidad, del Creador de la Creación.

Me levanto hoy por medio de la fuerza del nacimiento de Cristo y su bautismo, por medio de la fuerza de Su crucifixión y su sepulcro, por medio de la fuerza de Su resurrección y ascensión, por medio de la fuerza de Su descenso para juzgar el mal.

Me levanto hoy por medio de la fuerza del amor de querubines, en obediencia de Ángeles, en servicio de arcángeles, en la esperanza que la resurrección encuentra recompensa, en oraciones de Patriarcas, en palabras de profetas, en prédicas de Apóstoles, en inocencia de Santas Vírgenes, en obras de hombres de bien.

Me levanto hoy por medio del poder del cielo: luz del sol, esplendor del fuego, rapidez del rayo, ligereza del viento, profundidad de los mares, estabilidad de la tierra, firmeza de la roca.

Me levanto hoy por medio de la fuerza de Dios que me conduce: Poder de Dios que me sostiene, Sabiduría de Dios que me guía, Mirada de Dios que me vigila, Oído de Dios que me escucha, Palabra de Dios que habla por mí, Mano de Dios que me guarda, Sendero de Dios tendido frente a mí, Escudo de Dios que me protege, Legiones de Dios para salvarme de trampas del demonio, de tentaciones de vicios, de cualquiera que me desee

mal, lejanos y cercanos, solos o en multitud.

Yo invoco éste día todos estos poderes entre mí y el malvado, contra despiadados poderes que se opongan a mi cuerpo y alma, contra conjuros de falsos profetas, contra las negras leyes de los paganos, contra las falsas leyes de los herejes, contra obras y fetiches de idolatría, contra encantamientos de brujas, forjas y hechiceros, contra cualquier conocimiento corruptor de cuerpo y alma.

Cristo escúdame hoy contra filtros y venenos, Contra quemaduras, contra sofocación, Contra heridas, ce tal forma que pueda recibir recompensa en abundancia.

Cristo conmigo, Cristo frente a mí, Cristo tras de mí, Cristo en mí, Cristo a mi diestra, Cristo a mi siniestra, Cristo al descansar, Cristo al levantar, Cristo en el corazón de cada hombre que piense en mí, Cristo en la boca de todos los que hablen de mí, Cristo en cada ojo que me mira, Cristo en cada oído que me escucha.

Me levanto hoy por medio de poderosa fuerza, la invocación de la Trinidad, por medio de creer en sus Tres Personas, por medio de confesar la Unidad, del Creador de la Creación. La Salvación es del Señor.
La Salvación es del Señor

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS

28. La señal de la cruz [CCE no. 2157;
cf. 786)

Por la señal de la Santa Cruz,
de nuestros enemigos,
líbranos Señor,
Dios nuestro.
En el nombre
del Padre, (*con tres dedos de la mano
derecha, tocar la frente*)
y del Hijo, (*tocar el pecho*)
y del Espíritu Santo. (*tocar el hombro
izquierdo y luego el hombro derecho*)
Amén.

29. Te Deum [Compendio, pp. 185-6]

A ti, oh Dios, te alabamos,
a ti, Señor, te reconocemos.
A ti, eterno Padre,
te venera toda la creación.
Los ángeles todos,
los cielos y todas las potestades te
honran.
Los querubines y serafines
te cantan sin cesar:
Santo, Santo, Santo es el Señor,
Dios del universo.
Los cielos y la tierra
están llenos de la majestad de tu
gloria.
A ti te ensalza
el glorioso coro de los Apóstoles,
la multitud admirable de los Profetas,
el blanco ejército de los mártires.
A ti la Iglesia santa,
extendida por toda la tierra, te
proclama:
Padre de inmensa majestad,
Hijo único y verdadero, digno de
adoración,
Espíritu Santo, Defensor.
Tú eres el Rey de la gloria, Cristo.
Tú eres el Hijo único del Padre.
Tú, para liberar al hombre,
aceptaste la condición humana

sin desdeñar el seno de la Virgen.
Tú, rotas las cadenas de la muerte,
abriste a los creyentes el reino del
cielo.
Tú te sientas a la derecha de Dios
en la gloria del Padre.
Creemos que un día
has de venir como juez.
Te rogamos, pues,
que vengas en ayuda de tus siervos,
a quienes redimiste con tu preciosa
sangre.
Haz que en la gloria eterna
nos asociemos a tus santos.
Salva a tu pueblo, Señor,
y bendice tu heredad.
Sé su pastor
y ensálzalo eternamente.
Día tras día te bendecemos
y alabamos tu nombre para siempre,
por eternidad de eternidades.
Dígnate, Señor, en este día
guardarnos del pecado.
Ten piedad de nosotros, Señor,
ten piedad de nosotros.
Que tu misericordia, Señor,
venga sobre nosotros,
como lo esperamos de ti.
En ti, Señor, confíe,
no me veré defraudado para siempre.

Formando discípulos para la nueva evangelización
Anexo no. 2: PRÁCTICAS Y ORACIONES CLAVES PARA CATÓLICOS