

ATENCIÓN PADRES Y ABUELOS! ¿SABEN CÓMO ORAR POR LOS HIJOS?



Una inquietud básica de los padres es preocuparse por sus hijos: su salud, su formación, sus hábitos de vida, etc.

Y los padres cristianos, agregan además la oración por sus hijos como tema central. Porque consideran que en estos tiempos se trata de una tarea que excede sus fuerzas y deben pedir el auxilio divino.

No estamos hablando de orar por nuestros hijos mediante una rápida recitación de un Padre Nuestro al fin de día o a la mañana. O un precipitado Dios mío por favor ayúdalos o ayúdame con ellos, cuando las cosas se complican. Sino tener una estrategia permanente, sobre base diaria, para implorar al cielo por nuestros hijos.



En este artículo veremos **7 formas** en que podemos orar por nuestros hijos. Y luego una estrategia de orar cada día del mes por una cualidad sobre una base bíblica.

7 FORMAS DE ORAR POR NUESTROS HIJOS

REZA EL ROSARIO

Meditar cada misterio y pensar cómo cada uno de ellos se relaciona con la vida de nuestros hijos.

Orando por una virtud asociada que no sólo le brinde ayuda directa, sino que, también, nos ayude a enfocarnos como padres.

Adicionalmente podemos **ofrecer un misterio de cada rosario** por cada uno de nuestros hijos.

MEDITA EN PRESENCIA DEL SEÑOR SOBRE CADA HIJO

Considerando los rasgos de personalidad que Dios dio a cada niño y el amor que Dios tiene por él.



Y buscando respuestas sobre como nosotros, como padres, podemos ayudar a cada uno a desarrollar sus propios dones y talentos únicos, y crecer en virtud.

Un lugar privilegiado para meditar es arrodillado frente al sagrario o a la exposición del santísimo sacramento en el altar.

Adicionalmente, **participar en la misa** con la intención por nuestros hijos es de gran provecho.

La misa es el mayor regalo, el mayor sacrificio y la mayor oración. Podemos ofrecer a nuestros hijos en el momento de nuestra consagración.

REZA UNA NOVENA

La novena es una oración de **nueve días, a veces, de nueve horas.**

Cualquier buena librería católica tiene estos libros o también se pueden encontrar en línea en internet.

Santa Teresa de Calcuta sugiere una novena de nueve horas con el rezo del Acordaos (Memorae) cada hora, durante nueve horas.

Puedes especialmente elegir a santos que fueron ejemplos de padres para rezar la novena. **En especial San José y Santa Mónica, la madre de San Agustín.**

ORA DURANTE TUS TAREAS DIARIAS

Una madre puede orar por cada uno de sus hijos mientras **dobra la ropa.**

Por ejemplo toma dos calcetines y ora: **“Señor, ayúdalo a caminar su sendero hacia Ti”.**

O mientras doblas una remera, **Dios, llena su corazón con inspiraciones de bondad** y así, la oración puede llegar a ser un canal del Amor de Dios por los demás.

Un padre puede hacer lo mismo por ejemplo **mientras viaja al trabajo tomando conceptos temáticos de las cosas que ve en el trayecto.**



Este tipo de oración no es cortada por una pequeña interrupción que puedas tener en el trabajo, porque **siempre la puedes retomar**.

Fácilmente puedes ir y venir entre la oración, el trabajo y la conversación.

ORA MIENTRAS ESTÁS AL Aire LIBRE

A algunas personas les gusta **rezar el Rosario mientras caminan, o andan en bicicleta o manejan**.

Para ello es **especialmente útil llevar un denario** en un bolsillo.

Aunque tu mente se distrae cuando caminas o estas en movimiento cuando paseo o viaja, **igual puedes seguir la recitación**.

E incluso esas pequeñas distracciones que suceden por los estímulos externos **pueden ser buenos insumos para reflexionar mientras seguimos recitando las avemarías**.

Sin embargo otros prefieren concentrarse más en el paisaje y orar algo aún más mecánico como la oración del corazón: **“Señor Jesús, hijo de Dios, ten piedad de mí, pecador”**.

O también: **“Misericordia Señor”**, mientras está pensando en algún problema especial con alguno de tus hijos.

AYUNA

Podemos pasar una mañana o el día sin comer, y cada vez que nos tiente comer, **sustituirlo recordando orar por el o los hijos que estas rezando**.

También puedes pedir a Dios que **use tu ayuno para ayudarlo a mejorar** en general o en algún punto en particular.

La comida no es lo único con lo que podemos ayunar.

Podemos ayunar evitando los medios sociales, las palabras negativas y muchas cosas más.



ACEPTA EL SUFRIMIENTO

Podemos aceptar nuestros **sufrimientos con amor, en beneficio de nuestros hijos**.

“Si los ángeles fueran capaces de envidiar, nos envidiarán por dos cosas: por recibir la Santa Comunión y por el sufrimiento”, le dijo Jesús a Sor Faustina.

¿Cómo podemos sufrir por nuestros hijos?

Típicamente una madre puede ofrecer los **dolores de parto**, incluyendo, específicamente el sufrimiento por ese niño.

Otro modo de sufrir por nuestros hijos es ofrecer pequeños sufrimientos diarios como un **dolor de cabeza o dolor en un pie** por intenciones específicas para el niño.



También el inconveniente de estar atascado en el tránsito congestionado, la incomodidad del calor en un evento al aire libre, etc.

Pero lo más común a ambos padres es ofrecer el **sufrimiento mental, que incluye preocupación, ansiedad, miedo.**

Lo debes ofrecer **uniéndolo a la Cruz con nuestro Salvador, considerando que el sufrimiento tiene un valor redentor.**

Podemos dejar que el Espíritu Santo guíe cada ofrecimiento.

O simplemente decir: **“¡Por mis hijos, Señor!”**

El Padre John Hardon dijo una vez, **“sólo amamos en la medida en que estamos dispuestos a sufrir”**, algo bueno para reflexionar.

EL ALCANCE DE LA ORACIÓN POR NUESTROS HIJOS

Algo importante a mencionar es que el orar por nuestros hijos **no significa que no les va a suceder algo malo.**

Todos conocemos familias, muy buenas familias católicas, cuyos **hijos vivieron tragedias.**

Y no se puede imaginar que los padres no hayan rezado.

¿Estos padres no rezaban lo suficiente? No creo que ese sea el caso.

Dios, en su sabiduría, **utiliza las oraciones de manera misteriosa.**

Creo que en el caso de accidentes, sin duda, las oraciones **ayudan en la salvación de las almas de los hijos.**

Porque Dios es más amoroso y misericordioso de lo que podríamos imaginar.

Somos viajeros en esta tierra, y nuestro destino, después de todo es el cielo.

Nuestras oraciones pueden llevar a nuestros seres queridos allí, cuando podrían no haber tenido la oportunidad por sus propios méritos.



LAS ORACIONES HACEN LA DIFERENCIA

Existe un peligro que es **pensar que nuestras oraciones no son importantes o que no somos lo suficientemente buenos** como para merecer la protección y las gracias que pedimos en oración por nuestros hijos.

En un sentido es verdad que **no “merecemos” todo lo que pedimos de Dios**, porque todo es gracia.

Sin embargo, hay que recordar que, incluso, una pequeña oración o sufrimientos, unidos a los sufrimientos y a la voluntad de Cristo **son suficientes para cambiar al mundo.**



Es a través de Sus méritos que nuestro pedido tiene poder.

Es cierto que nunca podemos orar lo suficiente para que toda nuestra familia y amigos alcancen el cielo.

Pero nosotros no tenemos por qué dejar de hacerlo. **Jesús murió por ellos** y es por medio de sus méritos que esto se puede lograr.

Cuando unimos nuestro sufrimiento con Él, nuestro sufrimiento tiene valor redentor.

Y sin duda, **nuestras oraciones hacen una diferencia.**

PROGRAMA DE UN MES DÍAS ORANDO POR TUS HIJOS

Algo más estructurado es hacer un programa permanente para orar cada día por un tema distinto para nuestros hijos.

Entonces aquí presentamos **31 temas distintos de oración, con un texto de oración y su referencia de inspiración bíblica.**

1 – Salvación – “Señor, permite que la salvación florezca en mis hijos, para que obtengan la salvación que es en Cristo Jesús, con gloria eterna” (Is. 45:8; 2 Tim. 2:10)

2 – Crecimiento en gracia – “Oro para que mis hijos puedan crecer en la gracia y conocimiento de nuestro Señor y Salvador Jesucristo.” (2 Ped. 3:18)

3 – Amor – “Haz Señor, que mis hijos pueden aprender a vivir una vida de amor, por medio del Espíritu que mora en ellos” (Gal 5:25; Ef 5: 2)

4 – Honestidad e Integridad – “Que la integridad y la honestidad sean su virtud y su protección” (Sal. 25:21)

5 – Autocontrol – “Padre, ayuda a mis hijos a no ser como muchos otros alrededor de ellos, y que estén alertas y auto-controlados en todo lo que hacen” (1 Tes. 5: 6)

6 – Amor por la Palabra de Dios – “Que mis hijos crezcan buscando la palabra más preciosa que el oro más puro y más dulce que la miel del panal” (Sal. 19:10)

7 – Justicia – “Dios, ayuda a mis hijos a amar la justicia y actuar con justicia en todo lo que hagan” (Sal. 11:7; Miq. 6: 8)

8 – Misericordia – “Que mis hijos siempre sean misericordiosos, como el Padre es compasivo” (Luc. 6:36)

9 – Respeto (para uno mismo, los demás y la autoridad) – “Padre, haz que mis hijos pueden mostrar el debido respeto a todo el mundo, como el cumplimiento de Tu Palabra” (1 Ped. 2:17)

10 – Autoestima – “Ayuda a mis hijos a desarrollar una fuerte autoestima que tenga sus raíces en la comprensión de que son hechura Tuya ” (Ef. 2:10)



11 – Fidelidad – “Que el amor y la fidelidad nunca salgan de mis hijos, y que se unan estas virtudes gemelas alrededor de sus cuellos y se escriban en la tabla de su corazón” (Prov. 3:3)

12 – Coraje – “Que mis hijos siempre sean fuertes y valientes en su carácter” (Deut. 31:6)

13 – Pureza – “Crea en ellos un corazón puro, oh Dios, y deja que la pureza de su corazón se muestre en sus acciones” (Sal. 51:10)

14 – Bondad – “Señor que mis hijos siempre traten de ser amables con los demás y para los demás” (1 Tes. 5:15)

15 – Generosidad – “Haz que mis hijos puedan ser generosos y dispuestos a compartir, y así atesoren para sí buen fundamento para su futuro” (1 Tim. 6:18-19)

16 – Amor por la paz – “Padre, que mis hijos hagan todo lo posible para que se dirijan a la paz” (Rom. 14:19)

17 – Alegría – “Que mis hijos se llenen con la alegría que da el Espíritu Santo” (1 Tes. 1:6)

18 – Perseverancia – “Señor, enseña a mis hijos perseverancia en todo lo que hagan, y ayúdales a recorrer el camino marcado para ellos, con paciencia” (Heb. 12:1)

19 – Humildad – “Dios, por favor cultiva en mis hijos la capacidad de mostrar la verdadera humildad para con todos” (Tito 3:2)



20 – Compasión – “Señor, por favor viste a mis hijos con la virtud de la compasión” (Col. 3:12)

21 – Responsabilidad – “Haz que mis hijos puedan aprender a ser responsables, para llevar su propia carga” (Gal. 6:5)

22 – Contentamiento – “Padre, enseña a mis hijos el secreto de vivir todas y cada situación, a través de Aquel que les da fuerza” (Fil. 4:12-13)

23 – Fe – “Oro para que la fe encuentra raíces y crezca en los corazones de mis hijos, que por la fe puedan obtener lo que se ha prometido para ellos” (Lucas 17:5-6; Heb 11:1-40)



24 – Corazón de siervo – “Dios, por favor, ayuda a mis hijos a desarrollar corazones para el servicio, que puedan servir de todo corazón, como si estuvieran sirviendo al Señor y no a los hombres” (Ef. 6:7)

25 – Esperanza – “Que el Dios de la esperanza conceda que mis hijos rebosen de esperanza por el poder del Espíritu Santo” (Rom. 15:13)

26 – Voluntad y capacidad de trabajo – “Enseña a mis hijos, Señor, a valorar el trabajo y a trabajar con todo su corazón, como trabajando para el Señor y no para los hombres” (Col. 3:23)

27 – Pasión por Dios – “Señor, por favor inculca en mis hijos un alma apegada a ti, que se aferre con pasión a Ti” (Sal. 63:8)

28 – Confianza en las Promesas de Dios – “Que mis hijos siempre tengan confianza en las promesas de Dios como la tuvo la Santísima Virgen” (Luc. 1:26-38)

29 – Espíritu de oración – “Haz, Señor, que las vidas de mis hijos puedan estar marcadas por espíritu de oración, para que puedan aprender a orar en el Espíritu en todo momento, con todo tipo de oraciones” (1 Tes. 5:17)

30 – Gracitud – “Ayuda a mis hijos a que vivan vidas que siempre estén llenas de gracitud, dando siempre gracias a Dios Padre por todo, en el nombre de nuestro Señor Jesucristo” (Ef 5:20; Col. 2:7)



31 – Autodisciplina – “Padre, te pido que mis hijos puedan adquirir una vida disciplinada y prudente, hacer lo que es correcto y justo” (Prov. 1:3)

Fuentes:

- <https://www.reviveourhearts.com/articles/31-biblical-virtues-to-pray-for-your-children/>
- <http://www.integratedcatholiclife.org/2016/12/tthomas-how-should-we-pray-for-our-children/>