



“Adultos”

(Taller de Oración y Vida)

A partir de los 30 años
Duración: 15 sesiones
Una sesión por semana de 2 horas

Un Taller de Oración y Vida es:

Primero. Ante todo un método práctico para aprender a orar, igual que en un taller en que, trabajando se aprende a trabajar, aquí, orando, se aprende a orar.

Paso a paso se aprende a entrar en una relación personal con el Señor desde los primeros pasos hasta la profundidad de la contemplación. De esta manera los talleristas se convierten en amigos y discípulos del Señor.

Segundo. También es Taller de Vida. Por la práctica de la fe y el abandono, y como consecuencia de la práctica de la oración, casi sin pretenderlo, el tallerista va sanando las heridas del corazón, sofocando las angustias del alma, ahuyentando los miedos hasta lograr el control de nervios y un gran serenidad. Los espacios interiores se van poblando de una paz nunca imaginada. Desaparece la tristeza y se recupera la alegría del vivir.

Tercero. Contemplando la figura de Jesús y copiando sus rasgos, lentamente el tallerista va transformándose en una persona paciente como Jesús, humilde como Jesús, comprensivo como Jesús, manso y bondadoso como Jesús. Así el tallerista llega a superarse a sí mismo y a trascender sus propios límites.

CONTENIDOS TALLERES DE ORACIÓN Y VIDA (TOV) ADULTOS

Si los Talleres de Oración y Vida son un don que Dios ha querido dar a la Iglesia en estos tiempos, el Manual del Guía no debe ser un libro a estudiar sino un don a vivificar en el corazón de cada Guía.

Conocerlo, amarlo y transmitirlo con fidelidad es nuestro compromiso, para eso es necesario presentar su estructura [desde sus diversos elementos](#).

En la **Reunión de Apertura**, es el propio Padre Ignacio quien da la bienvenida a

los talleristas, explicando qué son los Talleres, el por qué de los silenciamientos, las **Modalidades**, y le quede claro al tallerista a qué se va a comprometer durante quince semanas, a partir de la Primera Sesión.

Primer elemento: en las dos primeras Sesiones, el Taller nos presenta a los cristianos, la noticia central del Evangelio que Jesús vino a darnos y que trató de hacerlo de mil maneras. Ese Dios, que hemos visto como juez, todopoderoso, omnipresente, grandioso... es ante todo y sobre todo el “**Dios de la ternura**”, título de la **Primera Sesión**. Damos al cristiano que había sido educado en una religión sombría y triste donde se enfatizaba sobre todo el pecado, el castigo, la necesidad de conseguir la salvación, a un Dios Padre que nos ama sin un por qué, sin un para qué, y que desde la eternidad lleva grabado nuestro nombre en la palma de su mano derecha.

Y, si nosotros como Guías logramos que el tallerista entre de lleno en esta Sesión, descubrirá grandes cosas, porque le habían dicho que tenía que amar a Dios, pero descubrirá que lo más importante es dejarse amar por Él. Todo esto verificado con textos de la Sagrada Escritura, que una vez leídos con apoyo de la Pequeña Pedagogía, se le podrá responder con la Modalidad de “**Lectura rezada**”, estableciendo desde esta primera Sesión, una relación íntima, confiada, afectuosa entre el hijo y el Padre que nunca habían vivido.

La **Segunda Sesión**, es profundamente consoladora. En la fe Nuestro Señor Jesucristo convoca al grupo de talleristas para decirles: “**Si conocieran al Padre...**” “quiero mostrarles quién es mi Padre, porque también es su Padre”. Jesucristo nos muestra las tres parábolas de la misericordia; y cuando nos muestra a su Padre, nos dice: para Él, *perdonar* es una fiesta; el pastor hace fiesta cuando encuentra a la oveja; la viejecita hace fiesta cuando encuentra su moneda, el Padre hace fiesta cuando ve venir al hijo...

Todas nuestras limitaciones, sin importar cuáles sean, Él las conoce, basta que volvamos nuestros ojos hacia Él. Nuevamente el tallerista con los textos bíblicos que le hacen rectificar en la caridad, ahí mismo, en la Sesión del Taller, le contesta a su Padre con la Modalidad de “**Oración escrita**”. Volverá a irse toda la semana para sumergirse en el trato fundamental del Padre, porque para Él, perdonar es una fiesta. Estas dos Sesiones ayudan a descubrir en alegría que somos hijos amados del Padre.

El **segundo elemento** de la Tercera y Cuarta Sesiones, es poner los fundamentos de nuestra vida cristiana. La fe entendida, no solo es creer en una serie de verdades, sino en algo más vital, que tiene tres características, señaladas en el

Mensaje de las Sesiones:

1. Dejar a Dios ser en nosotros.
2. Darle el lugar que le corresponde en nuestra vida.
3. Un compromiso vital con Jesucristo y su Palabra en la comunidad.

Una de las primeras reflexiones que será conveniente realizar para advertir la trascendencia del mensaje que entregamos, y constatar que se hace vida en nosotros, es el compromiso con Jesucristo en la comunidad, que empieza en la Iglesia doméstica que es la familia.

El Concilio nos dice que la familia está llamada a repetir las relaciones que se dan en la Trinidad. Tres personas distintas, un solo Dios verdadero, y esta unidad se debe precisamente a los lazos de amor, de donación que hay entre las personas divinas. Su significado se ejemplifica de la siguiente manera: para el esposo, la esposa es Jesús salvado y viceversa; para los hijos, los padres son Jesús salvado; es decir, la Iglesia como Sacramento de salvación, presente en la familia, donde nos comprometemos con criterios de fe, más que con criterios humanos.

En Talleres, se nos muestran dos ejemplos fuertes de fe, dos personas que vivieron su fe y fueron fieles a Dios, hechos de nuestro mismo barro; en la **Tercera Sesión**, titulada **“Peregrinos de la fe”**, a Abraham, en la **Cuarta Sesión**, que lleva por título, **“Mujer de fe y pobre de Dios”**, a María. Un hombre y una mujer. María tiene prerrogativas divinas, por haber sido escogida como Madre de Jesús, pero eso ella no lo sabía. En su caminar como peregrina de la fe, ella batalló como toda mujer israelí, esposa y madre, en un pueblo subdesarrollado...

En las dos semanas se llevan textos para profundizar en la hermosa realidad de lo que es nuestra fe. Se les enseña a los talleristas dos maneras de orar para *rescatar* los principales sentidos que tiene el hombre, la vista y el oído, para ponerlos en Dios. En la Tercera Sesión con la Modalidad de **“Oración auditiva”**, en la Cuarta Sesión con la Modalidad de **“Oración visual”**. Modalidades muy efectivas ya que la realidad exterior nos ingresa audiovisualmente en un 83%. Si la oración es *centrar* toda nuestra atención en Él, cuando lo logramos de esta manera, es posible llegar fácilmente a la Contemplación.

Las cuatro semanas de vivencia del Taller nos han permitido descubrirnos a nosotros mismos **amados** y **creyentes**.

Empieza el **tercer elemento**. La *Quinta Sesión* titulada, “*Por el abandono a la paz*”, y la *Sexta Sesión* que es, “*Perdón – Amor*”, con las Modalidades de “Oración de abandono”; el “Holocausto” y la “Reconciliación”.

Si en las dos primeras Sesiones me descubrí **amado** y en las dos siguientes, le dije a Dios que **le creía**, todo lo que haya pasado en mi vida desde el seno de mi madre hasta este momento, ¡está bien! es obra de Dios, Él lo quiso o lo permitió... Por eso el acto de abandono es la manera de *adorar*, es el acto más gratuito que el ser humano puede ofrecer a Dios, y sólo puede hacerse el abandono en la fe profunda, en el amor a Dios. La única pregunta que queda para el hijo frente al Padre que sabe que le ama, no es ¿por qué?, sino ¿para qué? Lo que realmente nos hace crecer.

Al término de estas seis semanas nos hemos distinguido **amados, creyentes, reconciliados**. No hay desahogos, el Guía únicamente abre el camino para que puedan vivir su experiencia, y de esta manera el tallerista aprende que el único asidero real que va a tener en su vida, es Dios mismo.

Es importante reconocer que en este período, algún tallerista pueda acercarse para confiarnos alguna cosa de su vida personal y de su propio proceso, y siempre pediremos que el Señor nos dé *la gracia* como Guías **de escucharlo con amor, de atenderlo con mucho interés, de guardar lo recibido con sumo respeto, y de regresarlo a Dios**.

Nosotros no somos directores espirituales ni orientadores, somos simples Guías, que caminamos por una ruta, pero el que va conduciendo su propio proceso es Dios y nuestra oración diaria por cada uno de los talleristas durante el tiempo que dure el Taller, será para que el Señor bendiga este trabajo y es fundamental no perderlo de vista.

Ahora sí, somos hijos amados, creyentes y reconciliados, lo que nos permite ser **fraternos**.

La **Séptima Sesión** lleva por título, “**Recapitulación**”; es decir, vengo a orar en voz alta y a comentar con mis hermanos en el intercambio fraterno, cómo me ha ido con Dios, a lo largo de estas seis semanas. Compartir que se llega sanado o en vías de sanación, que despierta en los demás un sentimiento de gratitud a Dios por lo que hizo en cada persona.

El **siguiente elemento**, en el que los talleristas sintiéndose **amados, creyentes, reconciliados, fraternos**, ya *están preparados* para el Encuentro con Dios, dos de las Sesiones más *altas* del Taller, la **Octava Sesión** que se llama

“Encuentro”, con la Modalidad de **“Oración de elevación”**, y la **Novena Sesión** titulada, **“En silencio en la presencia”**, con la Modalidad de **“Oración de contemplación”**. Las dos oraciones más simples, más profundas y más transformantes.

En estas dos semanas se entrega a través del Taller, lo que es fundamental en la vida de todo cristiano. Dice San Juan, que la vida eterna ya empezó, y que el reino de Dios está entre nosotros... El Salmo 27 nos da una descripción de lo que será la vida eterna: “Una sola cosa deseo y una sola cosa pediré al Señor, *habitar* en su casa, todos los días de mi vida, contemplando su hermosura y adorando”. De una manera dinámica y sin fin, estaremos en la casa del Padre *adorándole siempre y contemplando su hermosura*.

Con estas dos Sesiones se busca que el tallerista viva el Espíritu de Contemplación, al cual todos los cristianos estamos llamados. La única forma de entender esta realidad es con la auténtica contemplación; siempre en fe, siempre en proceso, con pasos hacia delante y hacia atrás, con caídas y levantadas, con tierra prometida y Egipto... Significa que el cristiano en un contexto de fe y aplicando criterios de fe, pueda percibir desde que se levanta, en el aire que respira, en el agua que lo baña, en el sol que lo calienta, en el alimento que lo nutre, en el amor que lo hace crecer, en los problemas que lo fortalecen, en el dolor que lo acrisola... **LA PRESENCIA**, *tierna, amorosa, envolvente, compenetrante y transformante* de nuestro Dios.

Si logramos que el tallerista viva esto, le habremos dado la herramienta definitiva para que viva en paz, ya que todas las cosas ocuparán su lugar; lo absoluto será lo absoluto y lo relativo será lo relativo. Estamos en lo más alto del Taller, hemos llegado a la montaña y nos hemos quedado con el Padre... Las nueve semanas han sido de total verticalidad: ascendente y descendente; Dios – yo, yo – Dios, dentro del Taller.

De la montaña tenemos que bajar a la multitud, y en este elemento el Taller contempla, que en el momento en que este se hace horizontal (sin dejar de ser vertical), empezamos a abrir los brazos a los hermanos de la **única manera que nosotros somos capaces de hacerlo, con Jesucristo**.

Dos Sesiones Cristocéntricas para nuestra vida; la **Décima Sesión** llamada **“Principio, centro, meta”**, con la Modalidad de **“Oración de acogida”**, y la **Undécima Sesión** que se llama **“Libres para amar”**, con la Modalidad de **“Oración en el Espíritu de Jesús”**. Dos semanas para lanzar al cristiano a un proceso de santificación cristificante acelerado, con la única pregunta: **¿QUÉ HARÍA JESÚS EN MI LUGAR?**

En la **Duodécima Sesión**, “**Amar como Jesús amó**”, con la Modalidad “**El deporte de amar**”, entregamos una herramienta extraordinaria para las relaciones interpersonales, que establece a todos los niveles. Enseñamos a aplicar criterios de fe, por encima de sus propios criterios; en la relación de pareja, decimos que su esposo(a) además de ser su esposo y por sobre eso es ante todo su hermano y su hermana; porque su Padre y mi Padre es el mismo, el espíritu que habita en él es el mismo que habita en mí. Es enseñarles a los padres que el pequeño que está en el seno de la madre, o está en la cuna, o está en el jardín, o está en la universidad, antes que mi hijo, es mi hermano; porque su Padre y mi Padre es el mismo. Que yo le di apenas la prolongación de la especie humana, junto con mis características personales, pero que la identidad personal sólo Dios se la pudo dar. Considerar esto, es dar un elemento a los padres, para que vivan su paternidad con más serenidad, porque suceda lo que suceda, Dios, su Padre le ama más que usted, y aunque no lo entienda, es su propio proceso de salvación, y entonces con mucha objetividad y amor harán todo lo que puedan por ayudarlo, pero sabrán que los resultados finales sólo Dios los conoce y todo está bien.

De la misma forma, los lazos de consanguinidad, mis hermanos de sangre, son mis hermanos de la fe. Al igual que cuando hablamos de afinidad, todos mis amigos son mis hermanos; todas las personas con las que me reúno, por razones de intereses comunes como es el trabajo, antes que todo, son mis hermanos.

La **Decimotercera Sesión**, que tiene por título “**Pobres y humildes**”, con la Modalidad “**Orar con los Salmos**”, la oración del pobre. Le doy de comer al pobre porque veo a Jesús en él; le doy vestido, lo visito en la cárcel, le enseño, le doy el Taller con esta sensación. El reto consiste en que no sólo tenga esta gratificación personal (ver a Jesús en ellos), sino el compromiso de que ellos vean a Jesús en mí; y esto me hará respetarlos y amarlos.

En una ocasión Madre Teresa de Calcuta se encontró a un viejito mendigo; se lo llevó a su casa, lo bañó, lo vio el médico, lo alimentó, empezaron a darle medicinas... en esto ella tenía que ir a recibir un premio, y dijo: “que vaya otro en mi lugar porque estoy muy ocupada”. Decía el viejito antes de morir: “valió la pena una vida de mendigo, si podía morir como rey en los brazos de Dios”. Y en los brazos en que estaba muriendo eran los de Teresa de Calcuta; esto, es *lo que salva*, y éste, es *el reto* de la Decimotercera Sesión.

El **último elemento**. El tallerista se descubrió a sí mismo, **HIJO AMADO DE DIOS, HERMANO DE JESUCRISTO, AMIGO DE JESUCRISTO**, porque le confió todos sus secretos... y finalmente **DISCÍPULO DE JESUCRISTO**, porque fue siguiendo su palabra durante todo el tiempo.

En la **Decimocuarta Sesión**, viene la necesidad de convertirse en **APÓSTOL DE JESUCRISTO**, y tiene por título **“Y dejando las redes...”**, con la Modalidad de **“Oración comunitaria”** en base a los Salmos, y una **“Meditación comunitaria”**, con base en la Palabra.

Todo un proceso magnífico que lleva el Taller, primero de relación con Dios, luego de compromiso con los hermanos, y finalmente su conclusión con el **“Desierto”**, nuestra **Decimoquinta Sesión**, que significa, que aquel que no asiste al Desierto, no ha concluido el Taller. La razón del Desierto es **imitar** a Nuestro Señor Jesucristo, por lo menos una vez, en lo que Él hacía casi todas las noches, irnos en silencio y soledad unas 4, 5, 6 horas, para quedarnos con Dios.

Podemos asegurar que nunca estará de más, queridos Guías, retomar nosotros mismos este material y preguntarnos, ¿qué tanto Dios me ha evangelizado a mí, a través de este don? Revisar cada elemento desglosado: **AMOR A DIOS, FE, RECONCILIACIÓN, FRATERNIDAD, VIDA DE CONTEMPLACIÓN, MI VIDA CRISTO CENTRADA, OPCIÓN POR LOS POBRES...** y asomarme a este don como *por primera vez...* desde las primeras páginas del Manual.

Este es el don que Dios ha querido dar; lo hemos recibido con una pureza, una nitidez y una transparencia extraordinarias, ya que todavía está entre nosotros quien lo recibió. Que Dios Padre en su infinita misericordia, nos conceda seguir entregando este don con la misma pureza y fidelidad con que hasta el día de hoy lo hemos recibido.



Taller de Oración y Vida "Adultos"

N°	NOMBRE SESIÓN	OBJETIVO	PALABRA	MODALIDAD	VIVENCIA
1°	DIOS DE LA TERNURA	Soy hijo de Dios, un Hijo amado del Padre	Oseas 11, 1-4	Lectura Rezada	Ejercitarse en percibir el amor de Dios.
2°	SI CONOCIERAN AL PADRE	Dejarse amar, saberse amado	Lucas 15, 1-24	Oración Escrita	Ejercitarse en considerar a toda creatura como seres amados de Dios.
3°	PEREGRINOS DE LA FE	Creo, pero aumenta mi fe	Éxodo 33, 7-23	Oración Auditiva	Dedicarse a vivir en espíritu de fe, percibir la presencia y actuar de Dios los acontecimientos, personas y cosas.
4°	MUJER DE FE Y POBRE DE DIOS	Madre, danos tu silencio y paz, danos tu fe	Lucas 1, 26-38	Oración Visual	Vivir en el espíritu de María.
5°	POR EL ABANDONO A LA PAZ	Hágase tu voluntad	Números 9, 15-23	Oración de Abandono	Vivir una gran semana de paz.
6°	PERDÓN-AMOR (Reconciliación integral)	Señor, danos tu paz	Marcos 14, 32-42	Holocausto	Dedicarse a atajar flechas provenientes del otro; en Tus manos lo dejo. Silencio y paz.
7°	RECAPITULACIÓN	Hacer un alto y recordar los objetivos anteriores	Romanos 12, 9-18	Oración Comunitaria	Mirar atrás y ejercitarse en aquello que le resulte más transformador.
8°	ENCUENTRO	Cara a Cara	Juan 15, 1-17	Oración de Elevación	Combatir los 4 enemigos del corazón; miedos, temores, inseguridades y ansiedades.
9°	EN SILENCIO EN LA PRESENCIA	Adorar en espíritu y verdad	Juan 4, 5-24	Oración de Contemplación	Vivir una semana contemplativa: sentir a Dios que te envuelve.
10°	PRINCIPIO, CENTRO, META (Cristo centrando)	¿Qué haría Jesús en mi lugar?	Col 1, 15-20	Oración de Acogida	¿Qué haría Jesús en mi lugar?
11°	LIBRES PARA AMAR (Oración y Vida)	Por la humildad al amor	2 Timoteo 4, 1-8	En el espíritu de Jesús	Poner en práctica las obras de misericordia, haciéndolo en el espíritu de Jesús.
12°	AMAR COMO JESÚS AMÓ (Vida de fraternidad)	Ámense unos a otros	1 Juan 4, 1-8	Deporte de amar	Practicar el instrumento de liberación: deporte de amar, ofensiva de amor y también vivir el amor fraterno.
13°	POBRES Y HUMILDES	Dame tu corazón pobre y humilde	Mateo 25, 31-45	Orar con los Salmos	¿Qué puedo hacer por los pobres?
14°	Y DEJANDO LAS REDES...	Id y predicad	Lucas 4, 42-44	O. Comunitaria con apoyo en los Salmos, Medit. Comunitaria con apoyo en la Palabra	Preocuparse de informarse de organizaciones apostólicas en tu parroquia y otros medios no eclesiales donde difundir la inspiración cristiana de la vida.
15°	DESIERTO	Vivir intensamente en silencio y soledad en un lugar apartado y apropiado una relación personal con Dios, mediante otra actividad orante múltiple y variada.		Todas, incluyendo Orar con la Naturaleza.	Contenidos generales Talleres de Oración y Vida.

Material usado en el Taller de Adultos



