

Darnos tiempo para alabar a Dios

¿Cómo estamos en verano?

El verano me hace pensar en comidas sabrosas: rebanadas de sandía, gruesas y jugosas, hamburguesas humeantes en la parrilla junto a churrascos y chorizos, jitomates de temporada colorados como la cáctchup, esquites y elotes como aquéllos de donde crecí, Silver Queen en Nueva Jersey, los pucheros y asados a la Minnesota (mi nueva casa).

El verano es una excelente oportunidad para ampliar la costumbre de orar en familia. La gratitud es un magnífico punto de partida. Si no lo hace todavía, empiece por una breve oración para bendecir la mesa, diciendo: “Bendice,

Si cantamos alabanzas en nuestra familia nos sentiremos más cómodos cuando cantemos en la iglesia.

Señor, estos alimentos que...”. Trate de hacerlo con cierta frecuencia, para el desayuno o el almuerzo, o cuando comen fuera de casa. Si ya acostumbran bendecir la comida, intente algo más espontáneo. Cada uno de los que están a la mesa puede compartir algún motivo de agradecimiento: algún suceso, una actividad, la comida



o una persona. Podemos alabar a Dios por sus maravillas en la creación. Las palabras del Salmo 96 nos invitan: “¡Salten de gozo la campiña y cuanto hay en ella, aclamen gozosos los árboles del bosque!” ¡Amén! Aprende algún canto de alabanza y si es divertido, mucho mejor. Si cantamos alabanzas en nuestra familia nos sentiremos más cómodos cuando cantemos en la iglesia.

¿Y a la hora de ir a dormir? Puesto que no hay que ir a la escuela al día siguiente, podemos relajarnos al terminar el día y pasar un poco más de tiempo, juntos, en oración. Este es un buen momento para aprender el *Benedictus* “Ahora, Señor, puedes dejar a tu siervo irse en paz...”, o el Ave María, o alguna otra oración tradicional. Procure agregar una letanía simple como: “Que Dios bendiga a la abuela, que Dios bendiga al tío Paco...” y así. Invite a presentar peticiones ante Dios: “¿Quién necesita más nuestras oraciones en este momento?”. Este modo de presentar nuestras necesidades es como la Oración de los fieles en la Eucaristía dominical.

En el verano, nuestras familias pueden intensificar las palabras de san Pablo: “No se aflijan por nada, más bien preséntenselo todo a Dios en oración, pídanle y también denle gracias” (Filipenses 4:6).