

Rutina de oración diaria

<https://jdgambin.github.io>

9 de mayo de 2022

«De toda la Iglesia subía incesantemente la oración a Dios.» (Hch 12,5)

Oraciones para el día

- Santa Misa

La Misa y la Liturgia son la fuente y el culmen de toda la actividad cristiana. En esta celebración siempre saciamos nuestra hambre y sed de Dios y encontramos la plenitud de todas nuestras aspiraciones de felicidad y vida eterna.

- Liturgia de las Horas

La Liturgia de las Horas es la oración diaria de la Iglesia, que marca las horas de cada día y santifica el día con oración. Una dinámica que refleja la Liturgia de las Horas es el movimiento por el cual la Iglesia terrena alaba, adora, agradece a su Señor y le suplica, en el transcurso del día. En todo momento recibimos beneficios de parte del Señor, por lo que es justo que le demos las gracias por ello, a cada hora del día.

- Santo Rosario

El Santo Rosario es una oración bíblica que medita el Evangelio, los misterios de gozo, de dolor y de gloria de Jesús y María, mientras recitamos el Ave María como «música de fondo».

- Oraciones del Consagrado

Oraciones que realizan los Consagrados a Jesús por María bajo el método de San Luis María Grignon de Montfort.

Cuándo orar

Santa Misa

Asistir a la Misa dominical es obligatorio. Es ideal asistir diariamente a Misa, pero si no es posible, al menos ir los días de la semana en que tengamos la posibilidad.

Liturgia de las Horas

Si no se cuenta con libros litúrgicos, usar la aplicación móvil *ePrex* (<http://www.eprexapp.it/>) o el sitio web *Liturgia de las Horas* (<https://liturgiadelashoras.github.io/>).

1. Oración de la Mañana (Laudes) — 06h00

Hacer al amanecer. Puede agregarle las lecturas del *Oficio de lecturas*, la aplicación *ePrex* tiene una opción para hacer esto. Al acabar el oficio puede leer el Evangelio y las lecturas del día.

2. Oración del Día (Tercia, Sexta y Nona) — 09h00, 12h00, 15h00

Si no puede distribuir las oraciones en media mañana, medio día y media tarde, entonces puede hacerlas juntas al medio día o puede optar por hacer únicamente Sexta al medio día.

3. Oración de la Tarde (Vísperas) — 18h00

Hacer al ocaso.

4. Oración de la Noche (Completras) — Antes de dormir

Hacer en la noche justo antes de ir a dormir, incluso después de media noche.

Santo Rosario

Hacer antes de ir a dormir, antes de las Oraciones del Consagrado y Completas.

Oraciones del Consagrado

Hacer antes de ir a dormir, después del Santo Rosario y antes de Completas.

Ejemplo de programación horaria

Hora	Oración
06h00	Laudes + Lecturas (Oficio, Evangelio, etc.)
07h00	—
08h00	—
09h00	Tercia
10h00	—
11h00	—
12h00	Sexta
13h00	—
14h00	—
15h00	Nona
16h00	—
17h00	Misa
18h00	Vísperas
19h00	—
20h00	—
21h00	Santo Rosario
	Oraciones del Consagrado
	Completas