



La oración en pareja es una de las formas más efectivas de fortalecer la relación y el matrimonio a través de los años. Es una tarea diaria que fomenta la responsabilidad conyugal del uno con el otro.

La velocidad con la que va el mundo nos hace actuar en ocasiones como seres mecánicos y programados, a tal punto que cuando nos levantamos en la mañana, nuestra mente nos envía la información de todas las funciones, acciones, recorridos, labores y actividades que debemos cumplir a contrarreloj.

Cuando cae la noche y regresamos a nuestra cama, nos sentimos conformes o frustrados porque logramos cumplir en su totalidad con el horario asignado.

Día a día hacemos lo mismo, olvidándonos de algo muy importante: **la oración en pareja.**

La oración es el reconocimiento de nuestros límites y de nuestra dependencia: venimos de Dios, somos de Dios y retornamos a Dios.

Por ello cuando oramos, y más aún **cuando lo hacemos en pareja, nuestra unión matrimonial se fortalece y nuestra fe se acrecienta** cuando tienes al Todopoderoso como centro de tu vida y le expresas tus alegrías, tristezas, triunfos, fracasos, ideales y realidades.

Mi esposa yo así lo entendemos. Por ello, tomamos el compromiso de que antes de ir a la cama a descansar, destinamos un tiempo para orar.

A veces el cansancio de la jornada del día, nos invita a no hacerlo, pero la disponibilidad en pareja nos ha permitido que uno de los dos pueda encargarse en dirigir la oración mientras que el otro lo acompaña desde el silencio.

10 pasos para crear el hábito de orar en pareja

1. Establecer una hora para orar juntos.
2. Asignar quién dirige la oración.
3. Tomarse de las manos para orar.
4. Comenzar la oración dándole gracias a Dios.
5. Pedir perdón.
6. Comprometerse a cambiar los errores.
7. Pedir por aquello que más estén necesitando.
8. Afirmar que lo pedido se cumplirá.
9. Expresar a Dios cuánto lo aman.
10. Finalizar la oración con un abrazo.

Quisiéramos a manera de reflexión dejar la siguiente pregunta para que nos compartan sus respuestas o comentarios: **¿acostumbra a orar en pareja?**

Oración de los esposos, el uno por el otro

Señor Jesús, te pedimos que nos concedas a mí y a mi esposo(a) que podamos tener un amor verdadero y comprensivo el uno por el otro.

Concédenos, amado Señor, que ambos podamos estar llenos de fe y confianza para enfrentar los retos de la vida en nuestro matrimonio.

Danos la gracia de vivir juntos en paz y armonía y que seamos ejemplo de tu amor.

Que siempre podamos soportar las debilidades del otro y crecer de las fuerzas del otro. Ayúdanos a perdonarnos y superar los fracasos y concédenos paciencia, amabilidad, alegría y el espíritu de colocar el bienestar del uno por el otro.

Que el amor que nos unió crezca y madure con cada año que pasa.

Llévanos cada vez más cerca de Ti a través de nuestro amor el uno por el otro.

Que nuestro amor crezca en la santidad como Tú eres Santo.

Amén.

Con información publicada
en PorTuMatrimonio.org

Reproducimos el artículo publicado por
nuestros [aliados](#) y amigos:

