

INICIACIÓN EN LA ORACIÓN

EL CAMINO DE LA ORACIÓN EN LOS NIÑOS

Luis M. Benavides

Esta columna mensual pretende ayudarnos en la hermosa tarea de despertar a nuestros hijos en la aventura de la fe. Entre los temas que trataremos dentro del despertar religioso de los niños, la **iniciación en la oración** ocupará un lugar central. A lo largo de una serie de entregas, encontraremos reflexiones y recomendaciones —sencillas y prácticas— para despertar el sentido de la oración en nuestros niños. Más adelante, veremos otras cuestiones vinculadas a la educación de la fe de los pequeños.

Cuando años atrás empecé a trabajar en la Catequesis de Niños, una de las primeras preocupaciones o dificultades con las que me encontré fue la falta de sistematización de las experiencias en torno a la oración con niños pequeños. Básicamente, me preocupaba cómo hacer que los niños pudieran acercarse más y mejor a la oración. Muchas mamás y papás, familiares, docentes y catequistas me preguntaban **cómo iniciar a los niños en la oración**. Al poco tiempo de estar en contacto con los más pequeños, me di cuenta de que la cuestión no era tan difícil como aparentaba.

Poco a poco, fui cayendo en la cuenta de que los niños tienen un gran potencial para vivir auténticas experiencias de oración, muchas de ellas más espontáneas y sentidas que las de los adultos. Los niños llevan en sí mismos una gran capacidad de contemplación y de admiración por lo absoluto; de oración y de comunicación con Dios. **Lo que más me ayudó fue rezar y aprender a rezar junto a los chicos**. Ellos se convirtieron en auténticos “maestros de oración”; quizás, por aquello de que: *...si no os hacéis como niños, no entrareis en el Reino de los Cielos...* (Mt 19,13-15)

La oración es, quizás, la máxima expresión del amor entre la creatura y su Creador. El Bautismo establece una relación de amor entre Dios y el niño, creando en él el poder y la necesidad de responder a ese amor. Favorecer el crecimiento espiritual del niño significa pues ayudarlo a entrar libremente en la reciprocidad de esta relación de amor.

El niño debe hacer de la oración con su Padre Dios un estilo de vida. Cualquier momento, cualquier acto, cualquier ocasión; todo, puede ser motivo de alabanza, de acción de gracias, de petición, de oración. Desde pequeño, el niño debe internalizar la presencia de Dios como algo definitivo en su vida. La oración es uno de los mejores momentos que el ser humano posee para vivir espontáneamente su relación con Dios.

No se trata de llenar la cabeza de los chicos de ideas sobre Dios sino, sobre todo, de **enseñarles a vivir constantemente en la presencia de Dios**, a vivir con Dios. Considero que podremos sentirnos ampliamente satisfechos en nuestra tarea, si logramos provocar en los niños el gusto por la oración, el deseo de dialogar permanentemente con Dios.

La iniciación en la oración no consiste tanto en **hablar DE** Dios, sino en **hablar CON** Dios.

Para la iniciación a la oración no hay fórmulas escritas o preestablecidas. **A rezar se aprende rezando**. Es bien evidente que, nuestra irradiación personal será para los niños la mejor iniciación en la oración. El gusto por la oración se contagia, se transmite orando y mostrando a los demás lo feliz que hace vivir en la presencia de Dios. Por eso, la oración es como un “recuerdo de Dios”, un frecuente despertar la “memoria del corazón”.

El niño debe vivenciar a un Dios cercano, que lo cuida, lo ama y lo protege siempre. La certeza de saber que Dios está siempre con nosotros, aun en los momentos difíciles, es una de las certezas que más necesitaremos en nuestro caminar por este mundo y que deberá acompañarnos de por vida.

LAS DIFERENTES FORMAS DE ORACIÓN CON LOS NIÑOS

Luis M. Benavides

Toda persona que sinceramente desea comunicarse con su Dios experimenta diferentes formas de oración a lo largo de su vida. Podríamos resumirlas o agruparlas en torno a tres elementos:

- los momentos reservados a la oración personal.
- una actitud de fe que informa e inspira sus actos diarios.
- la celebración comunitaria de esa fe.

El niño tendría que ir experimentando desde pequeño las diferentes formas de oración que han surgido en la historia del Pueblo de Dios. Para cada momento el niño conocerá y vivirá una forma de oración diferente. Así, conocerá la alabanza; la oración de súplica; la de acción de gracias; la oración a través del canto, del gesto, del dibujo; las oraciones de carácter repetitivo, los textos breves de la Palabra de Dios, la oración personal, etcétera.

Aunque existen diversas maneras de hacer oración, podríamos hablar de dos formas básicas: la oración personal o silenciosa y la oración comunitaria. Es decir, la oración individual que cada ser humano realiza con su Dios y la oración compartida con los hermanos en torno a un mismo Padre.

La oración personal o silenciosa

Los niños tienen que acostumbrarse paulatinamente a lograr espacios de silencio interior. Es decir, a lograr momentos de comunicación profunda con Dios nuestro Padre. El niño -también el adulto- tiene que poder ponerse delante de Dios, para presentarle sus inquietudes, sus temores y esperanzas, sus peticiones, sus alabanzas, sus acciones de gracias. En todo momento debe captar que Dios es su Padre y que nunca lo abandona, aun en los momentos difíciles. El niño debe aprender a invocar a Dios que nos ama y nos conserva; a Jesús, Hijo de Dios y hermano nuestro que nos conduce al Padre; al Espíritu Santo que habita en nosotros.

La oración comunitaria

Los niños necesitan ir realizando sus primeras experiencias de oración comunitaria, desde pequeños. Ellos deben poder captar que la comunidad, la familia, los amigos, los demás también están para rezar con uno, para compartir alegrías y dolores, para rezar juntos por una intención personal.

Así, por medio de la oración comunitaria, el niño conocerá:

- la **oración de alabanza**: nace del reconocimiento de la grandeza de Dios y de sentirse amado por Él. Es una oración desinteresada. La alabanza es la forma de orar que reconoce de la manera más directa que Dios es Dios. Le canta por Él mismo, le da gloria no por lo que hace, sino por lo que Él es. Es una oración de admiración por la belleza de la Creación. La alabanza integra las otras formas de oración y las lleva hacia Aquél que es su fuente y su término. La alabanza tiene su síntesis vital del Antiguo Testamento en la expresión hebrea "*¡Hallelu-Ya!*" (*Aleluya*), "*¡Alabad al Señor!*"
- la **oración de súplica y petición**: que no sólo presenta ante Dios todas nuestras necesidades, angustias y miedos sino que nos solidariza con el resto de los hombres, haciéndonos conscientes y responsables de todos aquellos a quienes tenemos presentes en nuestras oraciones, abriéndonos a todos los problemas personales y sociales. Orar por otros, como expresión de la "comunidad de los santos", incluso por los enemigos; nos acerca a la oración de Jesús.
- la **oración de acción de gracias**: expresa nuestro continuo agradecimiento por todo lo que Dios nos regala y realiza cada día y en cada momento por nosotros. Agradecemos porque su Amor es infinito. En todo dad gracias, pues esto es lo que Dios, en Cristo Jesús, quiere de vosotros (1 Ts 5, 18).

Es muy importante que los niños puedan hacer oración y expresar en voz alta sus propias preocupaciones, sus propias intenciones. Estas oraciones espontáneas -de petición, de alabanza y de agradecimiento- muy gratas a los niños van a ir despertando el sentido comunitario de la oración.

En ese sentido, tenemos que ayudar a los niños, para que escuchen atentamente las oraciones de los otros y no las repitan por imitación o costumbre y tratar de que las oraciones sean lo más personalizadas posibles. La idea es ponerle rostros concretos de personas a todas las oraciones y siempre en primera persona (singular o plural). Ejemplos:

- Una cosa es orar diciendo: “Yo le pido al Señor por los chicos pobres...” (impersonal y en 3.^a persona) y, otra muy distinta, es orar diciendo: “Yo te pido, Jesús, por esos tres chicos que hoy a la mañana observé limpiando los parabrisas de los coches, para que los ayudes...”.
- Una cosa es pedir “por los enfermos” y otra muy distinta, es compartir con los compañeros: “Buen Jesús, te pido por mi abuela Clara que está enferma...”.
- Una cuestión es rezar para “que seamos cada vez más buenos” y otra, muy diferente es rezar “por “fulano” (con nombre y apellido) ese compañero que no me llevo muy bien, para que pueda comprenderlo mejor y acercarme a él...”

De esta manera, por las experiencias de oración junto a los demás (sobre todo, en las Celebraciones de la Palabra), los niños van tomando conciencia paulatina de la gran oración comunitaria de la Iglesia: la Liturgia, que alcanza su expresión máxima en la Eucaristía o Santa Misa. Es de lamentar que a medida que pasan los años, más nos vamos alejando de la oración comunitaria, compartida desde la vida.

¿LAS ORACIONES DE MEMORIA O LA MEMORIA EN LAS ORACIONES?

Luis M. Benavides

Existe una costumbre muy antigua de enseñar oraciones y jaculatorias de memoria. Creo que en algunos casos esta práctica fue algo exagerada y se tornó en un sinsentido para los niños, aprendiendo oraciones poco prácticas para la vida adulta. Al respecto, considero que algunas oraciones, que forman parte de la vida cristiana y de la memoria viva de la Iglesia, se podrían ir aprendiendo de memoria; sin forzar a los chicos y rescatando permanentemente su sentido.

En el caso de los niños más pequeños

Podemos ir enseñando las oraciones breves o jaculatorias. Prestemos atención a que dichas oraciones no sean infantilistas o carentes de sentido para la vida posterior. Siempre convendría enseñarles frases del Evangelio u oraciones con profundo sentido religioso como: ¡Gloria a Dios! ¡Aleluya! ¡Sí, Señor! ¡Aquí estoy, Señor! ¡Amén! ¡Gracias, Señor! ¡Perdón, Señor! ¡Viva Jesús en nuestros corazones: por siempre! y un largo etc.

Se pueden sugerir oraciones de muy pocas palabras y que los mismos niños puedan ir completando: “Dios, tú eres...” (por ejemplo: “...mi Rey”, “...mi Creador”, “...mi mejor amigo”, etc.)

Considero que la Señal de la Cruz, el Padrenuestro, el Avemaría y el Gloria pueden ser enseñados desde pequeños; sin que ello resulte una imposición tediosa para los niños. Lo único que habría que tener en cuenta es no insistir demasiado en la memorización, sino en la actitud interior de oración. Con el tiempo, lo irán memorizando solos.

A partir de los ocho o nueve años

Los chicos comienzan a lograr algunas abstracciones. Desde ese momento pueden ir incorporando paulatinamente otras oraciones de la vida cristiana. Por ejemplo: el Gloria (largo), el Credo, etc.

También, algunas frases del Evangelio o de los santos, como: “¡Jesús, Hijo de David, ten piedad de mí!” (Mc. 10,47); “En el atardecer de la vida, te examinarán en el amor” (San Juan de la Cruz). “Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu” (Lc. 23,46), etc.

Recordemos que el sentido de la memoria en las oraciones es ayudarnos a ponernos en la presencia de Dios, a predisponer nuestro corazón y nuestra mente para entrar en contacto con Dios, Nuestro Padre. Por ello procuremos que su recitado no se transforme en una mera automatización.

Es importante que permanentemente rescatemos el sentido profundo de las mismas, que nos detengamos a rezarlas con la mayor serenidad y pausa posibles, para que sus palabras no se conviertan en un automatismo. Si estas oraciones se recitan con convicción interior y recogimiento, adquieren un profundo sentido de vida.

En todo este proceso, hay que evitar ciertos errores pedagógicos bastante frecuentes:

- Reducir la oración al simple aprendizaje de memoria de ciertas oraciones preestablecidas.
- Deformar el sentido de la oración en el niño, presentándole exclusivamente, o con demasiada insistencia, la oración de petición. La experiencia nos demuestra que los niños se prestan con mucha facilidad a la oración de alabanza y de acción de gracias.
- Las oraciones infantiles resultan igualmente problemáticas si solo parecen acomodarse al niño mientras que un adulto no podría decirlas como suyas. A una oración infantil hay que exigirle que sea veraz. Las oraciones infantiles que solo sean “verdaderas” por un cierto tiempo resultan inadecuadas.
- Obligar a rezar a los niños cuando no están predispuestos a ello. No se puede forzar a nadie a rezar, solo se lo puede invitar y animar. Habrá que respetar el ritmo propio del niño. La oración debe ser una experiencia agradable, algo que nazca en su propio corazón.
- Orar por mucho tiempo. Nuestra oración debe ser corta y sencilla. Como regla, cuando dirigimos una oración con niños, esta no debe durar más que un par de minutos.
- Orar en un lenguaje difícil o incomprensible. Muchos cristianos se han acostumbrado a orar en un lenguaje religioso y artificial que ni ellos mismos entienden, por ejemplo: “Señor Jesús, cúbreanos con tu preciosa sangre...” ¿Qué se va a imaginar un niño cuando oramos así? ¿Caerán gotas de sangre del cielo? ¿O vendrá Jesús con un manto lleno de sangre para cubrirnos? Al menos, habría que aclarar el alcance y las metáforas de los términos empleados en nuestras oraciones.
- No es aconsejable seguir con la oración cuando los niños están muy distraídos o están haciendo lío. En esta situación, es mejor decir “Amén” y terminar la oración. Más tarde podremos nuevamente empezar con la oración en un momento tranquilo.
- Pretender que los niños recen al “estilo adulto”: rígida y estructuradamente. Todo lo contrario, la oración de los niños es espontánea, alegre, sin estructuras previas.
- Creer que la iniciación a la oración es tarea de mujeres y reducirla solo al momento de acostarse. La iniciación en la oración es deber de todos y en todo momento. Toda la familia debe participar en la misma.

LOS GESTOS EN LA ORACIÓN CON LOS NIÑOS

Luis M. Benavides

El gesto en la comunicación humana

El gesto es el lenguaje humano y religioso más primitivo y universal. Desde tiempos remotos, el gesto ha servido de instrumento de comunicación antes que la palabra. Aún hoy en día, cuando dos personas no hablan el mismo idioma, se comunican a través de gestos y signos, lo mismo sucede con los niños pequeños. Los gestos impresionan más que las palabras. El gesto es más concreto, tangible. La vida afectiva, los estados de ánimo se expresan más y mejor a través de gestos que de palabras: una sonrisa, una caricia, un abrazo, un beso, una lágrima, etc.

Importancia del gesto para los niños

El gesto es, para el niño, un medio mucho más significativo que la palabra. Además, el gesto permite al niño expresar lo que no puede decir con palabras o dar más fuerza al sentido de las mismas. Los niños captan mucho más aquello que les queremos transmitir cuando son capaces de expresarlo a través de un gesto o signo. Por ejemplo: un niño expresará mucho más profundamente su sentimiento de alabanza haciendo un gran saludo a Dios con los brazos, para acompañar las palabras: “yo te alabo Dios mío” que si pronunciara solo las palabras.

Los más chicos necesitan mucho más del gesto que de la palabra para expresarse. Da la impresión de que si no interviene todo el cuerpo o algunas partes del mismo, la comunicación parece estar incompleta. El niño se expresa con todo su cuerpo, vibra cuando está en movimiento. Todo lo que afecta a sus sentidos le afecta a él. Casi que si no interviene todo el cuerpo o algunas partes del mismo, la comunicación parece estar incompleta. Mucho más en la oración... Los niños no solo disfrutan más cuando todo el cuerpo expresa lo que sienten sino que esta expresión hace que sientan más profundamente lo que hacen. Una cosa es decir que estamos contentos porque Jesús nos ama y otra, muy distinta, es bailar una ronda en torno a una imagen de Jesús cantándole con todo nuestro ser la canción: “Yo tengo un amigo que me ama”.

Con los pequeños, continuamente hay que detenerse en los gestos sagrados que utilizamos, explicando el significado de los gestos que realizamos. Nos tomaremos el tiempo que sea necesario para que los interioricen y, si es necesario, los recreen permanentemente. Muchas veces, podrán inventarse gestos junto con los niños; lo importante es que les ayuden a comunicarse con Dios.

Evidentemente, los chicos no solo disfrutan más cuando todo el cuerpo expresa lo que sienten sino que esta expresión hace que sientan más profundamente lo que dicen. Desafortunadamente la rutina o la falta de conocimiento terminan anulando el sentido de gestos que en su origen fueron valiosos.

Debemos procurar que los niños vivan los gestos religiosos que realizan y que siempre respondan a actitudes interiores. Es importantísimo que nosotros primero conozcamos el sentido de dichos gestos y los hagamos con detenimiento; luego, se los transmitiremos lentamente y con gran dignidad. Nosotros debemos siempre hacer y vivir los gestos con los niños. De este modo, se desata una corriente de contagio que es muy beneficiosa para el crecimiento en la fe. Todo gesto religioso utilizado en nuestras oraciones y vivido con intensidad por los niños, ayudará de manera muy especial, a establecer una comunicación profunda y auténtica con Dios, nuestro Padre.

ORAR A TRAVÉS DEL CANTO

Luis M. Benavides

"Cantar es propio del que ama... Cantar es orar dos veces" (San Agustín)

El canto es una forma intensa de expresión verbal, poética y musical. Es una de las maneras más completas de la expresión humana y una de las mejores formas para alabar y comunicarse con Dios.

El canto ocupa un lugar destacadísimo en la oración infantil. Junto al gesto es uno de los medios de expresión que más gusta y atrapa a los niños. El canto penetra de tal modo en el corazón de los pequeños que muchas canciones aprendidas en la infancia se recuerdan de por vida.

El canto religioso es un recurso educativo-recreativo-pastoral importantísimo. En la catequesis de niños el canto debe ser un elemento cotidiano y permanente. Especialmente cuando unimos cantos con gestos. Esta fusión "mágica" de canto y gesto genera en los pequeños una respuesta que ni siquiera imaginamos, cuya potencia educadora es de difícil dimensionamiento. Quienes ya han hecho la experiencia sabrán que pocas cosas les gustan más a los chicos que "cantar con todo el cuerpo"; es decir, hacer una sola cosa del gesto, la canción y la oración.

La oración a través del canto y el canto en la oración, constituyen dos caras de una misma moneda. Las experiencias más profundas de oración de salmistas, santos y cristianos están indisolublemente unidas por el canto de alabanza y acción de gracias. El canto se ha transformado, a lo largo de la vida de la Iglesia, en una de las expresiones privilegiadas de la oración.

En los niños, esta necesidad de unir canto con oración es mucho más profunda y responde mucho más adecuadamente a su condición infantil. De allí, que no deberíamos desaprovechar la enorme riqueza que el canto representa en la oración, la catequesis y la vida de fe del creyente.

Gracias a Dios y a la tarea de muchos catequistas, músicos y poetas el repertorio de cantos religiosos para chicos está aumentando día a día. Solo hay que saber buscar los cantos apropiados. Claro está que la única manera de aprender a cantar canciones con los chicos es cantando con ellos; solo quien ha pasado por tal hermosa experiencia puede darse cuenta del inmenso valor que tiene para la catequesis.

Algunas indicaciones para el canto con niños

- Hay que poner especial cuidado con el contenido de los cantos, debido a la huella que imprimen en el corazón del niño. No debemos caer en cursilerías, simplificaciones tontas carentes de toda poesía o sinsentidos teológicos.
- El contenido debe ser simple, profundo y debe estar al alcance del entendimiento del niño. Es muy importante explicar siempre la letra, previamente.
- Un canto dirigido a Dios debe diferenciarse de otro canto común por la forma y disposición con que se lo canta.
- La melodía debe ser afín a la edad; es decir, debe ser alegre, ágil, corta, rítmica, sencilla, repetitiva y fácil de recordar.
- Si es posible, una buena parte de los cantos deben ser acompañados con gestos que refuercen el contenido, sin caer en gestos ridículos.
- La letra y la melodía deben estar en contexto con el tema catequístico en cuestión.
- Hay que recurrir a la creatividad, al ingenio y el incentivo para lograr que los chicos "vivan" los cantos dedicados a Dios.
- Los chicos están más pendientes de la canción en sí que de la forma en que esta es cantada. Por lo tanto, podemos movernos y cantar con cierta tranquilidad, aunque nos equivoquemos.
- Si uno no se siente capacitado para cantar, podría ayudarse con un reproductor de música, aunque no es lo mejor.
- Habrá que prever la forma de tener a mano las copias de las canciones para cantar con ellos.
- Hagamos uso pero no, abuso. Muchas canciones hermosas se terminan "gastando" porque las repetimos interminablemente en toda ocasión.

ORAR A TRAVÉS DEL DIBUJO

Luis M. Benavides

El dibujo, o más ampliamente la expresión plástica, es una de las maneras de expresarse que más atrapa y entusiasma a los chicos. Cualquiera de nosotros ha podido observar cómo les gusta dibujar a los niños y cómo lo hacen con gran aplicación. La expresión plástica moviliza al niño de tal manera que todo su ser es absorbido por dicha actividad, produciéndole tal placer y dedicación solo comparable con el juego.

Dicho entusiasmo podría aprovecharse para canalizar algún momento de oración, de manera que placer, dedicación y oración estén estrechamente unidos. Se me ocurre que habría que utilizar este recurso asiduamente en la catequesis, por supuesto que sin cansar ni agotar a los chicos, ni mucho menos coartarles su capacidad creadora. Por otra parte, todo acto creativo es una participación en la Creación de Dios. La búsqueda de la belleza, es en su esencia la búsqueda de Dios.

En los niños experiencia de fe y expresión de fe están indisolublemente unidos. Para ellos las actividades de expresión de la fe son una forma de revivir lo que acaban de vivenciar catequísticamente. Es decir, si el niño realiza una experiencia de fe, vuelve a revivirla e internalizarla cuando puede expresarla a través de una creación propia. Asimismo, cuando está realizando una expresión de la fe está teniendo una experiencia de fe. Es un proceso que se retroalimenta permanentemente.

Dibujar ofreciendo a Dios el dibujo, al ritmo de una música tranquila, puede convertirse en un momento de serena oración. Otra forma, es expresar a través del dibujo nuestras necesidades a Dios, nuestros agradecimientos o sencillamente lo que queremos decirle o contarle.

Siempre que dibujemos con niños, agreguemos el contenido catequístico, bien concreto en el tema del dibujo. En la medida de lo posible, hagamos que el niño se incluya a sí mismo, a sus amigos, a su familia, a Jesús, etcétera, dentro del dibujo. No estereotipemos ninguna imagen de Dios, ni mucho menos corrijamos a los niños al respecto. Sí, podemos incentivar el dibujo, la creatividad, a través de sugerencias.

Por ejemplo, se puede incentivar a partir de un texto bíblico. Con la hoja delante y los materiales listos, después de la narración respectiva, los chicos pueden cerrar los ojos e imaginar la escena: cómo están vestidos los personajes, cuál es el clima reinante; qué ruidos y sonidos se imaginan; de qué hablan los personajes; qué dice Jesús, cuál es su actitud... Me imagino dentro de la escena, con mis amigos, con mi familia, etc. ¿Qué colores expresan mejor lo que imaginé?... Con preguntas como estas se puede ir orientando a los chicos para ir haciendo una oración. Entonces sí, abrimos los ojos y con el gozo de saber que estamos dibujando para Dios, ponemos manos a la obra.

Cabe aclarar que no estamos evaluando la técnica ni la calidad del dibujo sino procuramos que sea un medio de acercamiento a Dios. Finalizada la experiencia se pueden llevar los dibujos al templo, para ofrecérselos a Dios, o colocarlos en el rincón de oración, o llevarlos a casa para rezar en familia a partir de los mismos.

Técnicas de expresión plástica

- El dibujo (con cualquier tipo de material y/o técnica): de acuerdo al tema catequístico del encuentro. Es muy importante que los niños se incluyan dentro del dibujo.
- La pintura con pincel u otras variantes.
- La dátilo-pintura o pintura con las manos.
- La impresión: con diversos materiales como papas, hojas de plantas, corchos, etc.
- El collage: con cualquier tipo de material.
- El trabajo con material descartable: corcho, escarbadiantes, telas u otros materiales de desecho.
- Trabajos con papel. Ejemplo: recortar figuras con los dedos. Bolilleo: consiste en hacer bollitos pequeños con papel crepe de distintos colores. Picado: con papel glasé y punzón; etc.
- El modelado. Con cualquier material: pasta de sal, caucho, masa, porcelana fría, etc. El modelado da infinitas posibilidades, permite el armado de representaciones grupales.

GESTOS Y SIGNOS SAGRADOS CON NIÑOS PEQUEÑOS

Luis M. Benavides

De la gran variedad de signos sagrados que vivimos en la liturgia y la catequesis, propongo a continuación una descripción de los gestos sagrados que calan de manera profunda en los niños pequeños. Todos estos gestos tienen un carácter iniciático; es decir, que aunque no sean comprendidos en toda su profundidad por los niños, de a poco, van introduciéndolos en la vida de la fe. No olvidemos que los gestos sagrados, nos ayudan a comunicarnos mejor con Dios y forman constitutiva de la comunicación humana.

Señal de la cruz: Es el signo de Cristo. Los niños deben aprender a hacerla desde pequeños; al comienzo con la ayuda de los papás. No es tan importante si “está bien hecha” sino que internalicen que es un gesto que nos pone en la presencia de Dios, nos inicia en el misterio cristiano. Se hace lenta, ampliamente, con esmero y en actitud profunda de oración.

Arrodillarse: ante la grandeza y la santidad de Dios, la persona se arrodilla para expresar su pequeñez, su humildad, su alabanza al Dios que le ama y le dio la vida. El hecho de arrodillarse indica que el corazón se inclina con profundo respeto ante Dios. Para los niños (y los grandes, también) es un signo preclaro de actitud orante.

Parados con los brazos abiertos: el alma se abre totalmente delante de Dios en señal de alegría, alabanza, júbil o y acción de gracias. Es un gesto a través del cual expresamos alabanza a Dios. Los niños, naturalmente se expresan así; mucho más cuando el gesto va dirigido a Dios Padre que nos quiere.

Las manos: en modo particular, el rostro y las manos son instrumentos y espejo del alma. Después del rostro, las manos son la parte más expresiva del cuerpo. Con ellas podemos tomar distintas posturas que revelan significados diferentes:

- **Manos juntas:** expresan la unión total de la persona, en dirección a lo alto, a Dios.
- **Manos entrecruzadas:** ante una situación tensionante o una aflicción profunda, las manos entrecruzadas expresan la necesidad de unidad y fortaleza interior para pedir auxilio a Dios.
- **Manos abiertas y extendidas hacia arriba:** expresan la actitud de recibir algo, de recibirlo a Dios; en algunos casos pueden significar implorar ayuda de lo alto.
- **Tomarse las manos:** es señal de unidad y de corriente interna y afectuosa que circula entre quienes realizan el gesto.
- **Imposición de las manos:** las manos extendidas hacia abajo sobre la cabeza de los otros significan la transmisión del poder y de la fuerza del Espíritu, derramado en nosotros en el Bautismo. Es muy plenificante “imponer” las manos sobre los niños para implorar por ellos. Este gesto, se dimensiona más cuando es un sacerdote quien impone las manos sobre todo el núcleo familiar.
- **Aplaudir para Dios:** expresa aprobación y alegría por todo lo recibido. A los pequeños, les encanta aplaudir y dar gritos de alegría y alabanza y gratitud, cuánto más, si están dedicados a Dios.

Llevar flores o regalos: expresan cariño, recuerdo y pensar en el otro. Especialmente cuando se trata de la Virgen María.

Las velas: La vela encendida representa la presencia de Cristo Resucitado, sobre todo en el Cirio Pascual. La luz, que da forma, color y sentido a las cosas es signo de vida, signo de Dios.

Besar la imagen o tirar besos: son formas de expresar cariño y reverencia. A los niños les agrada en sobremanera este gesto. Siempre es bueno que sea acompañado de un momento de oración interior. Es importante aclarar a los niños el valor relativo que tienen las imágenes.

Tomar gracia: es decir, acercarse a una imagen, tocarla y hacer la señal de la cruz. Significa implorar la intercesión de ese santo para que Dios derrame su Gracia sobre quien lo implora.

El agua bendita: plena de misterio es el agua. Clara, simple, purificadora, confortante y poderosa a la vez. Al hacer la señal de la cruz, mojando los dedos en agua bendita, con la debida disposición interior, una corriente de Gracia desciende sobre quien la realiza. A los niños les encanta este gesto. En nuestros hogares, habría que disponer de un recipiente con agua bendita para que los niños se acostumbren a hacer la señal de la cruz con ella; al principio, bajo la mirada de un adulto, luego cuando crecen, podrán utilizarla libremente cuando sientan la necesidad.

Bendición: De la mano de Dios fluye la fuerza santa y buena que hace crecer; solo Él puede bendecir. Sus ministros, entre ellos los papás, por la Gracia recibida en el bautismo, podemos implorar y transmitir su bendición, especialmente a nuestros hijos. Un gesto, cargado de afectividad y profundidad cristiana es bendecir a nuestros hijos. Puede ser la pareja de papás o cada papá por separado. La bendición se hace realizando con el dedo pulgar una señal de la cruz, sobre la frente o sobre el pecho o sobre las manos (depende del sentido) y expresando en voz alta alguna oración pertinente.

Ejemplos de bendiciones en el seno de la familia

- Haciendo una señal de la cruz, con el dedo pulgar, sobre la frente, mirándolo a los ojos y pronunciando primero su nombre:

¡Que el buen Dios te bendiga, te cuide y te proteja en este día! ¡Amén!

¡Que nuestro Padre del Cielo, te bendiga y te acompañe durante este día en la escuela, para que puedas aprender cosas hermosas y hacer buenos amigos! ¡Que así sea!

¡Que el Señor te bendiga y guíe en el camino, para que siempre vivas en su amor! ¡Aleluya! ¡Amén!

- Haciendo una señal de la cruz, con el dedo pulgar, sobre la boca, mirándolo a los ojos y pronunciando primero su nombre:

¡Que el buen Jesús bendiga tus labios, para alabarlo y cantar sus maravillas! ¡Amén! ¡Aleluya!

¡Que nuestro Padre Dios, te cuide, te haga crecer sano y agradecido por los alimentos que comemos todos los días en nuestra mesa! ¡Amén!

- Haciendo una señal de la cruz, con el dedo pulgar, sobre las manos, mirándolo a los ojos y pronunciando primero su nombre:

¡Que el Dios de la vida bendiga tus manos, para que puedas alabarlo en este hermoso día y hacer muchas cosas lindas con las manos! ¡Que así sea! ¡Amén! ¡Aleluya!

¡Que Jesús, el Buen Pastor, guíe tus manos para que puedas jugar con tus amigos y abrazarlos con cariño, como Él lo hacía con sus ovejas! ¡Aleluya! ¡Que así sea!

Y así, se pueden ir realizando distintas bendiciones, sobre diferentes partes del cuerpo o de acuerdo a situaciones particulares que la vida de los niños nos va presentando.

Es muy importante buscar y explicar el significado de los gestos que realizamos. Continuamente hay que detenerse en los gestos sagrados que utilizamos; tomarnos el tiempo que sea necesario para que se internalicen y, si es necesario, recrearlos permanentemente.

Debemos exigirnos y exigirles a los chicos gran autenticidad y sinceridad, de modo que, no realicemos gestos que no respondan a actitudes interiores.

Muchas veces podrán crearse gestos junto con los chicos; lo importante es que ayuden a expresar mejor nuestro amor a Dios, Nuestro Señor.