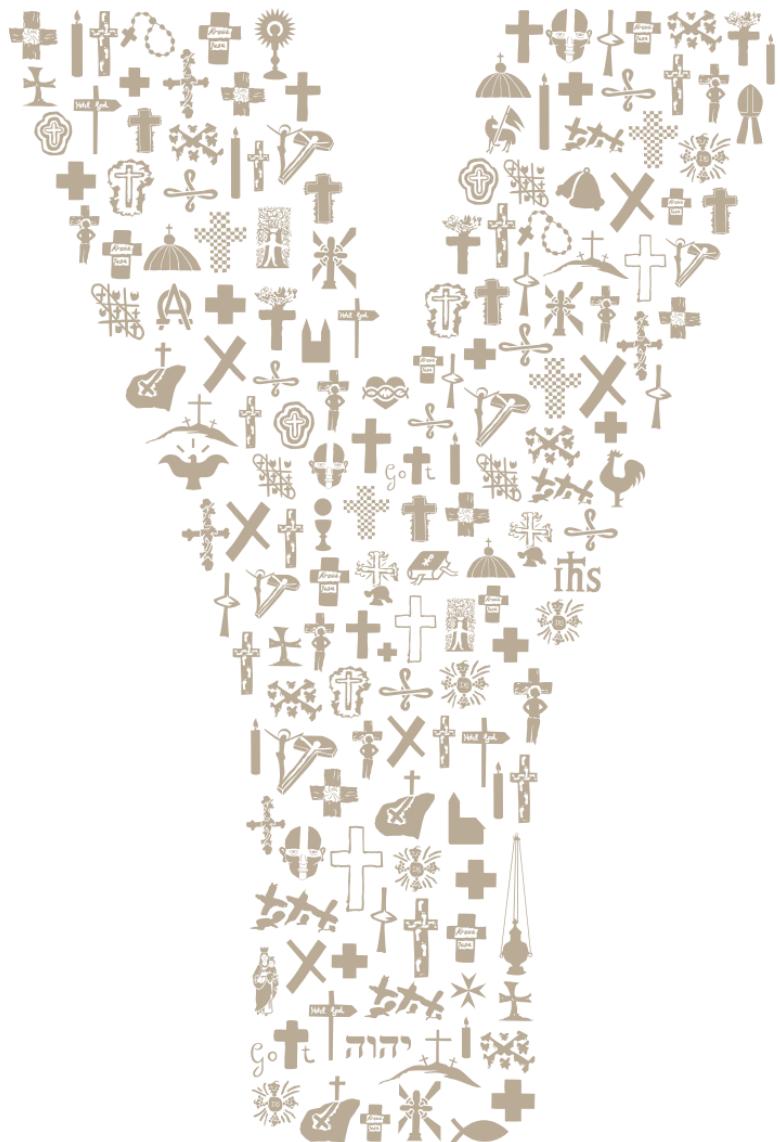


Tu libro de oración



YOUCAT

ESPAÑOL

TU LIBRO DE ORACIÓN

Georg von Lengerke

y

Dörte Schrömges

(Eds.)

E
E
ENCUENTRO

© 2014 Ediciones Encuentro - Ramírez de Arellano, 17, 10^a - 28043 Madrid
Traducción y adaptación española, con las debidas licencias del Arzobispado de Madrid,
(16 de julio de 2014)
Traducción: Lázaro Sanz
Adaptación de la edición española: Manuel González López-Corps y Diego Figueroa Soler
Maquetación de la edición española: Antonio Valenzuela
Impresión y encuadernación: Cofás-Madrid
ISBN 6: 9, F3>: 978-84-9055-\$) 8-

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del «Copyright», bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, incluidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

© 2011 de la edición original alemana
Pattloch Verlag GmbH & Co. KG, München
Diseño de cubierta, maquetación, ilustraciones y fotocomposición:
Alexander von Lengerke, Colonia
Coordinación de textos: Bernhard Meuser
Uso de la marca YOUCAT con la autorización del editor de YOUCAT - Catecismo joven de la Iglesia Católica.

www.youcat.org

SUMARIO

Tú eres capaz de orar 7
Pequeña escuela de oración 12

PRIMERA PARTE

Quiero alabarte, día tras día:
Guía de oración para dos semanas 17

Primera semana: Mi camino con Dios

Domingo: Tú me conoces 18 | Lunes: Tú has enderezado mis pasos 23

Martes: Tú eres el camino 29 | Miércoles: Caminar en tu nombre 33

Jueves: Tú nos llamas amigos 37 | Viernes: Tú escuchas mi llamada 42

Sábado: Tú sabes lo que me anima 46

Segunda semana: El camino de Dios conmigo

Domingo: Dios se levanta: resurrección 51 | Lunes: Un edificio de piedras vivas: la Iglesia 56 | Martes: Para que el mundo crea: unidad 62

Miércoles: Tú nos arrancas nuestro corazón de piedra: conversión 66

Jueves: Es hoy: eucaristía 70 | Viernes: Dios se adentra en el sufrimiento:
la pasión de Cristo 75 | Sábado: Para la eternidad:
la alianza de Dios 80

SEGUNDA PARTE

Tú nos has llamado amigos:
Mi vida es oración 87

Alabar al Padre 88 | Escuchar al Hijo 94 | Implorar el Espíritu Santo 100

Adorar a Dios 105 | Hacerme perdonar y dejarme reconciliar 110

Discernir y decidir 118 | Ser llamado y responder 122 | Orar por los hombres: ir a ellos 130 | Respetar el cuerpo y la vida: nos han sido confiados 138 | Clamar en la angustia 146 | Ser mortal e inmortal 152
Orar con la Madre de Jesús 158

ANEXOS

Índice de nombres 168 | Índice de oraciones 172
Fuentes 175 | Agradecimientos 175
Créditos de las fotografías 175



Tú eres capaz de orar

Tú eres capaz de orar. Quizá no hayas vuelto a orar desde que eras pequeño. Quizá no sepas en absoluto qué es orar. O bien, quizás te hayan dicho que orar es difícil, y que, además, no sirve de nada. Es posible también que tengas miedo de que Dios no escuche tu oración, o que hayas oído hablar de grandes sensaciones que se sienten al orar, y temas quedar decepcionado. Pero todo esto no debe impedirte orar.

¡Da un pequeño paso!

Tú eres capaz de orar. Y nosotros podemos confirmártelo, aunque no te conozcamos personalmente. Porque Aquel a quien tú puedes orar, y que quiere hablarte, te conoce. Está muy cerca de ti. Él te conoce mejor que tú mismo, está más cerca de ti que tú mismo. Jesús es nuestro Dios hecho hombre, y ya, al venir al mundo, decidió también habitar en tu corazón. Te espera dentro de él. Quiere que lo busques y lo encuentres dentro de tu corazón. Quiere hablarte y que tú lo escuches dentro de él. Te conoce y te ama como nadie. Puedes encomendarte a él con toda tu vida, con todo lo que tiene de bello o de doloroso, con tu alegría y tu sufrimiento, con todo lo que te agrada, y lo que te avergüenza.

Orar significa poner totalmente la confianza en Dios. Orar significa callarse y escuchar. Y esto implica hacerlo entrar en tu vida diaria, en tu cuerpo y en tu memoria, en todo lo que dices, piensas y haces. Dios ya ha dado el gran paso para ir a tu encuentro; para ti, el camino de la oración comienza por un pequeño paso. Te invitamos a darlo.

Un camino de oración para dos semanas y temas de vida

Este libro debe ayudarte en este camino de oración y de amistad con Dios. Contiene oraciones antiguas y nuevas para los buenos y los malos días, las buenas y las malas noches. Encontrarás en él oraciones sacadas de la Sagrada Escritura, oraciones de grandes orantes de ayer y de hoy.

Hay dos partes en este libro: la primera parte te propone una serie de oraciones para la mañana y la tarde a lo largo de dos semanas. Los días de la primera semana están agrupados por temas relativos a nuestra vida con Dios, los de la segunda semana conciernen a la vida de Dios con nosotros.

En la segunda parte, encontrarás oraciones sobre temas diversos. Pueden ser asociados íntegramente a las oraciones regulares de la primera parte, según las ocasiones, o de acuerdo con los diferentes tiempos de la Iglesia, o en función de tus propias opciones.

Las oraciones de otros orantes te ayudan a orar

Las oraciones ya formuladas pueden ayudarte a hacer una oración vocal expresada con tus propias palabras y una oración en silencio. Las oraciones formuladas no están simplemente ahí para ser repetidas. Cuando haces tuya la oración de alguien,oras en unión con él y él contigo. Los autores de las oraciones de este libro quieren estar en unión de oración contigo e interceder por ti. Pueden llegar a ser tus compañeros en tu camino de fe, ayudarte a encontrar cada vez mejor tus propias palabras y a orar de

forma contemplativa en el silencio interior. Así llegarás a ser alguien que ora en una relación cada vez más estrecha con Dios.

Es posible que algunas oraciones, o simplemente frases o palabras lleguen a lo más profundo de tu corazón. Entonces párate en ellas, dedícales un poco de tiempo. Deja que la palabra penetre en el fondo de tu corazón y de tu ser. Puede que quieras aprenderla de memoria para que te acompañe en todo lo que deseas hacer a lo largo del día. También puede servirte de ayuda recitar algunas oraciones en voz alta. No es necesario que cojas todas las oraciones, elígelas, y párate cuando un pasaje te hable de forma especial.

Una vez buscadas y encontradas estas oraciones, y después de haberlas rezado, hemos recorrido el camino que tú puedes seguir con este libro. Y lo seguimos juntos, con otros innumerables orantes: los hombres y las mujeres de todos los tiempos desde la creación del mundo, los que están ya al lado de Dios y los que viven todavía con nosotros. Muchos rezan contigo y por ti; nosotros también. Tú eres capaz de orar. Y si quieres, puedes empezar hoy.

Ehreshoven, agosto de 2011

Fray Georg von Lengerke, SMOM, y Dörte Schrömges





Pequeña escuela de oración

Decídate.



Dios nos ha querido y creado como personas libres. A lo largo del día sopesamos muchas veces lo que vamos a hacer, fijamos prioridades, tomamos decisiones. No se hace nada sin decidir antes. Si quieres, toma la decisión de ser alguien que ora y de establecer relación con Dios. Decide con firmeza: ahora quiero ponerme a orar. Por la noche toma la decisión de hacer tu oración de la mañana siguiente, y por la mañana la de orar por la noche.

Sé fiel en lo pequeño.



Muchos comienzan a orar haciéndose grandes propósitos. Al poco tiempo, fracasan y creen que no saben orar en absoluto. Comienza eligiendo breves tiempos de oración, y mantente fiel a ellos. Tu deseo de orar y tu oración aumentarán a medida que estén adaptados a ti, a tu tiempo y a las circunstancias.

”

Si queremos orar bien, tenemos que orar, en primer lugar, con regularidad. Es decir, no sólo cuando tenemos ganas. El alma vive de la oración. Pero toda vida tiene necesidad de reglas, de una frecuencia, de un ritmo.

ROMANO GUARDINI

Tómate tiempo para orar.



Orar significa estar despierto, atento al hecho de que Dios está ahí y que se dirige a mí. No tienes necesidad de pedirle una audiencia. Respecto al tiempo de la oración, hay tres criterios que pueden ayudarte. Elegir un tiempo fijo (la costumbre ayuda), un momento de calma (suele ser a menudo por la mañana pronto, o por la noche), y un momento que tú aprecies, que te gusta, pero que también te gusta ofrecer (¡no un tiempo «perdido»!).

”

«Podemos orar en cualquier momento». Sé bien que podemos, pero sospecho que los que no rezan a horas fijas oran pocas veces».

CHARLES HADDON SPURGEON

Prepara bien el lugar.



El lugar en que oras influye en tu oración. Por eso búscate un lugar en el que puedas rezar bien. Para algunos, será al pie de su cama, o en su oficina. Otros se preparan un rincón que les facilite la oración, que se la recuerde, y les invite a ella: puede haber en él un taburete o un reclinatorio, un tapiz, un ícono o un cuadro, una lámpara, la Biblia o un misal.



Tú, en cambio, cuando ores, entra en tu cuarto, cierra la puerta y ora a tu Padre, que está en lo secreto.

MATEO 6,6

Ritualiza y estructura tu vida de oración.



A veces es necesaria mucha fuerza para decidirse de nuevo a orar. Fija una organización concreta (un rito) para tu oración. Su objetivo no es coartarte, sino ayudarte a no tener que preguntarte diariamente si quieres orar y cómo quieres hacerlo. Antes de orar, ponte conscientemente en presencia de Dios; después de tu oración, tómate un poco de tiempo para dar gracias a Dios y recibir su bendición.



Una oración bien organizada tiene una gran fuerza. Vuelve dulce un corazón amargo, alegre un corazón triste, sabio uno insensato, atrevido uno dubitativo, fuerte uno débil, clavidente uno ciego, ardiente un corazón de hielo. Hace entrar a Dios infinitamente grande en un corazón pequeño. Hace que el alma hambrienta se eleve hacia Dios, la fuente viva, y reúne a dos enamorados: Dios y el alma.

SANTA GERTRUDIS DE HELFTA

Ora con todo tu ser.



No se ora sólo con pensamientos y palabras. Es toda tu persona la que debe unirse a Dios en la oración; tu cuerpo, todo lo que sientes dentro de ti, o que te viene de fuera, la memoria, tu voluntad, todo lo que piensas y sientes o el sueño de la última noche. Las distracciones en la oración te informan también a veces de lo que te preocupa verdaderamente y de lo que te anima, y de lo que puedes presentar ante Dios y confiarle. También puedes escribir los asuntos pendientes, que te vienen al espíritu mientrasoras y que no quieressobrevolvirosobreellosenlaoración.

„ Si tu corazón anda errante o sufre, vuélvelo a su lugar y ponlo dulcemente en presencia del Señor. Aunque a lo largo de tu vida no hayas hecho más que poner tu corazón en su sitio en presencia del Señor, porque cada vez que se escapa, cuando lo vuelves a poner, incluso entonces, has hecho bien.

SAN FRANCISCO DE SALES

Ora de formas diferentes.



Descubre y experimenta las múltiples maneras de orar, que pueden variar según el tiempo o según tu propio humor, o en razón de una determinada circunstancia: puedes recurrir a una oración formulada por otro orante que te inspira, o bien puedes orar personalmente con todo lo que te gusta decir. Puedes orar también a partir de la palabra de Dios en la Escritura (por ejemplo, las lecturas del día). No olvides tampoco la oración interior (o la oración de Jesús) en la que basta repetir una alabanza o simplemente el nombre de Jesús; es la oración interior, contemplativa, en la que todo el ser se calla y escucha...

Aprovecha las ocasiones.



Puedes aprovechar ciertas situaciones que se te presentan para improvisar una oración (una alabanza, una petición, una breve acción de gracias): un tiempo de espera, un trayecto en autobús, en tren o en coche (¡no poner rápidamente la música!), una hora de descanso, la capilla o la iglesia que se encuentra en tu camino diario. Deja que estas ocasiones de orar se conviertan en invitaciones para acercarte cada vez más a Dios.

Deja hablar a Dios.

9



Orar significa también escuchar la voz de Dios. Las palabras más claras de Dios son los versículos de la Sagrada Escritura que la Iglesia lee cada día. Habla a través de la tradición de la Iglesia y del testimonio de los santos. Pero habla también –a menudo de manera oculta– en el corazón de cada persona, por ejemplo, a través del juicio de tu conciencia o a través de una alegría profunda. La palabra de Dios en la Escritura hace audible la palabra de Dios en el corazón, y le da una voz. Deja que Dios tome la palabra cuando oras. Familiarízate con ella, estate atento a ella para ser capaz de distinguir su voz entre las demás voces, y aprende a reconocer su voluntad.

“ Nos lamentamos porque Dios no se manifiesta en los minutos que le consagramos. Pero ¿qué ocurre con las veintitrés horas y media en que Dios llama a nuestra puerta y en las que nosotros le respondemos: «Lo siento, tengo mucho que hacer»?

ANTHONY BLOOM

Ora con la Iglesia terrestre y celeste.

10



El que ora –solo o con otros– entra en la gran comunión de los orantes. Ella va de la tierra hasta el cielo, y comprende a los que viven todavía en la tierra, así como a los ángeles, los santos y la muchedumbre inmensa, que no podemos enumerar, de todos los que viven al lado de Dios. Orar significa también orar los unos por los otros. Por eso es bueno también no orar únicamente solo, sino hacerlo con otros cuando sea posible: en familia, con los amigos, o con la comunidad parroquial. Y con los santos. Puedes pedirles que oren por ti. Porque la solidaridad de oración de los hombres ante Dios no se detiene con la muerte.

“ ¡Fijad en vuestra vida un espacio para la oración! Es bueno rezar solo, pero es aún mejor y más fecundo rezar juntos, porque el Señor ha dicho que cuando dos o tres están reunidos en su nombre, allí está él en medio de ellos (ver Mateo 18, 20).

BENEDICTO XVI

A wide-angle photograph of a vast mountain range during sunset or sunrise. The sky is filled with soft, warm-colored clouds ranging from pale yellow to deep orange. In the foreground, a prominent, rugged mountain peak with reddish-brown rock faces rises on the right side. Below it, the terrain descends into a deep, layered canyon system. The layers of rock in the canyons show various shades of brown, tan, and green, indicating different geological formations. The overall scene is one of natural beauty and grandeur.

PRIMERA PARTE

1

Quiero alabarte,
día tras día

GUÍA DE ORACIÓN PARA DOS SEMANAS

Primera semana

Mi camino con Dios 18

Segunda semana

El camino de Dios conmigo 51

Primera semana – Mi camino con Dios



TÚ ME CONOCES



! En muchas comunidades contemplativas, la primera oración del día comienza con esta petición sacada del salmo 50,17 (hebreo 51,17) [Biblia CEE 51,17(50,17)]: «Señor, me abrirás los labios, y mi boca proclamará tu alabanza». Va unida a la petición de ser despertado para alabar al Señor y, por lo que a mí respecta, para que comprenda bien por qué abro mis labios a lo largo de todo el día.

! * Encontrarás una oración sobre la señal de la cruz en la página 105.

- + Señor, ábreme los labios,
y mi boca proclamará tu alabanza.
(A cada + se hace
la señal de la cruz)
- + Señor, abre mis ojos,
que vea tu obra y la miseria de los hombres.
- + Señor, abre mis oídos,
que escuche tu palabra y el grito de los desdichados.
- + Señor, abre mi nariz,
que distinga lo vivo de lo muerto.
- + Señor, abre mi inteligencia,
que te comprenda y comprenda tu palabra.
- + Señor, abre mi corazón,
que te haga un sitio y te busque y te encuentre
en todas las cosas.
- + Señor, abre mis manos,
que sepa recibir todo de tí
y dar alegramente a los demás.
Amén.
- + En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.*



Te vi

Vio Jesús que se acercaba Natanael y dijo de él: «Ahí tenéis a un israelita de verdad, en quien no hay engaño». Natanael le contesta: «¿De qué me conoces?». Jesús le respondió: «Antes de que Felipe te llamara, cuando estabas debajo de la higuera, te vi». Natanael respondió: «Rabí, tú eres el Hijo de Dios, tú eres el Rey de Israel».

JUAN 1,47-49

Silencio

Mi petición para el día...



Intenta rezar el Padrenuestro ayudándote con tu respiración. Di una frase a cadaexpiration. Es el mismo Espíritu Santo el que ora en ti. Y tu soplo es imagen suya, imagen del Espíritu que Dios te dio cuando te dio la vida.
(Ver Génesis 2,7).

Padrenuestro

Padre nuestro que estás en el cielo,
santificado sea tu Nombre;
venga a nosotros tu reino;
hágase tu voluntad
en la tierra como en el cielo.
Danos hoy nuestro pan de cada día;
perdona nuestras ofensas,
como también nosotros perdonamos
a los que nos ofenden;
no nos dejes caer en la tentación,
y líbranos del mal.
Amén.

De MATEO 6,9-13

El escudo de san Patricio

Me levanto hoy
por medio de poderosa fuerza,
la invocación de la Trinidad.

Me levanto hoy
por medio de la fuerza de Dios que me conduce,
mirada de Dios que me vigila,
oído de Dios que me escucha,
mano de Dios que me guarda,
palabra de Dios que habla por mí,
la sabiduría de Dios que me guía,
sendero de Dios tendido frente a mí,
escudo de Dios que me protege.

Cristo connigo,
Cristo frente a mí,
Cristo en mí,
Cristo sobre mí,
Cristo debajo de mí,
Cristo a mi derecha,
Cristo a mi izquierda.
¡Él, la fuerza,
Él, la paz!
Cristo al dormir
Cristo al descansar,
Cristo al levantar,
Cristo en la anchura,
Cristo en la longitud,
Cristo en la altura,
Amén.

SAN PATRICIO DE IRLANDA

+ El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna. Amén.





Para rezar los Salmos:

Los Salmos son el libro de oraciones de la Biblia. Tú los rezas con millones de cristianos y judíos de todo el mundo: los de hoy y los de otros tiempos, que los rezan desde hace dos mil quinientos años; porque para Dios, las oraciones que le dirigimos, no pasan y permanecen por siempre. Los Salmos pueden ayudarnos a poner ante Dios todas las experiencias y las emociones del corazón humano: la alegría y el agradecimiento, la desesperanza y la cólera, e incluso el odio a los malvados. Nos permiten incluso preguntar a Dios si duerme cuando nosotros sufrimos...

+ En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

Yo me recibo de tu mano

Constantemente estoy recibiéndome de tu mano.

Así es y así debe ser.

Ésta es mi verdad y mi alegría.

Constantemente me miran tus ojos, y yo vivo de tu mirada, creador y salvador mío.

Enséñame a comprender, en el silencio de tu presencia, el misterio de que yo exista.

Y de que exista por ti, ante ti y para ti.

Amén.

ROMANO GUARDINI

Tú me conoces



La gloria de Dios es que el hombre viva.

SAN IRENEO DE LYON

Señor, tú me sondeas y me conoces.

Me conoces cuando me siento o me levanto, de lejos penetras mis pensamientos; distingues mi camino y mi descanso, todas mis sendas te son familiares.



Desde los primeros tiempos, la Iglesia concluyó la oración de los salmos con una alabanza a la Santísima Trinidad. Recuerda así, que al rezar, entra en el diálogo eterno de amor entre el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. Unida a todos los que rezan los salmos desde el rey David, ella dirige a Dios Padre por el Hijo y el Espíritu Santo una oración de alabanza, de angustia, de acción de gracias o de súplica.

No ha llegado la palabra a mi lengua,
y ya, Señor, te la sabes toda.
Me estrechas detrás y delante,
me cubres con tu palma.
Tanto saber me sobre pasa,
es sublime y no lo abarco. [...]
Tú has creado mis entrañas,
me has tejido en el seno materno.
Te doy gracias porque me has plasmado portentosamente,
porque son admirables tus obras:
mi alma lo reconoce agradecida. [...]
tus ojos veían mi ser aún informe,
todos mis días estaban escritos en tu libro,
estaban calculados antes de que llegase el primero. [...]
Sondéame, oh Dios, y conoce mi corazón,
ponme a prueba y conoce mis sentimientos,
mira si mi camino se desvía,
guíame por el camino eterno.
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.
Amén.

SALMO 138 (hebreo 139)

Te adoro

Nos has hecho para ti
y nuestro corazón está inquieto
hasta que descance en ti.
Tuya es la luz del día,
tuyas las tinieblas de la noche.
Tuya la vida, tuya la muerte.
Concédemel dormir en paz,
bendice el día que ha de venir,
y concédeme despertar para celebrar tu gloria.
Amén.

SAN AGUSTÍN

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila
y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, Madre del Sol sin ocaso.



SEMANA
1
LUNES

TÚ HAS ENDEREZADO MIS PASOS



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

“ Lo que importa, ante todo, es comenzar con resolución. El que comienza con resolución ha hecho ya una buena parte del camino.

SANTA TERESA
DE JESÚS

Soy tuyo

No temo, Señor,
porque tú me has creado.
Tú me llamas por mi nombre,
yo soy tuyo.
Si cruzo las aguas, tú estarás conmigo,
y las corrientes no me anegarán;
si paso por el fuego, no me quemaré.
la llama no me abrasará.
Porque tú eres el Señor, mi Dios,
tú eres el Santo, mi salvador.
Soy precioso ante ti, de gran precio,
y tú me amas.
Tú has creado cada ser humano para tu gloria,
tú lo has formado y has hecho.
Sólo tú eres Dios,
lo eres desde toda la eternidad.
No temo, porque tú estás conmigo.

Inspirada en ISAÍAS 43

Él os consolidará

Descargad en él todo vuestro agobio, porque él cuida de vosotros... sabiendo que vuestra comunidad fraternal en el mundo entero está pasando por los mismos sufrimientos. Y el Dios de toda gracia que os ha llamado a su gloria eterna en Cristo Jesús os restablecerá, os afianzará, os robustecerá y os consolidará.

DE LA 1^a CARTA DE SAN PEDRO 5,7.9-10

Silencio

” Aconsejaría yo a los que tienen oración, en especial al principio, procuren amistad y trato en otras personas que traten de lo mismo.

SANTA TERESA
DE JESÚS

Mi petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

Ven, Jesús, a buscarme

Ven, Jesús, a buscarme,
busca a la oveja perdida.

Ven, pastor.

Deja las noventa y nueve
y busca la que se ha perdido.

Ven hacia mí.

Estoy lejos.

Me amenaza la batida de los lobos.

Búscame,
encuéntrame, acógeme, llévame.
Puedes encontrar al que buscas,
tomarlo en brazos y llevarlo.

Ven y llévame
sobre tus huellas.

Ven Tú mismo.

Habrá liberación en la tierra
y alegría en el cielo.

SAN AMBROSIO DE MILÁN



+ El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

” ¿Cuál es
el mayor mal que
el hombre puede
hacerse a sí mismo?
– Olvidar que es hijo
de un rey.

MARTIN BUBER

Señor, Dios mío, estoy alegre

Señor, Dios mío:
como el pez que no puede vivir sin agua,
yo no puedo vivir sin ti.
Tú me has creado,
y tú me mantienes con vida.

Vengo hoy hasta ti para darte gracias
por la vida que no dejas de concederme.

Vengo a ti para darte gracias
y decirte cuánto amo la vida.

Estoy contento de vivir,
aunque no comprenda,
me quede inmóvil
y no sepa dónde estoy.

Estoy contento sobre todo de ser hijo tuyo,
de llevar en mí el aliento de la vida divina,
tu Espíritu Santo.

Túquieres vivir en mí,
habitar en mí.

Te doy gracias de todo corazón
por este honor que me haces, por esta alegría.
Amén.

Inspirada en una oración de Burkina-Faso



Dios no quiere
sacrificio ni
oblación, ni holocausto ni víctima.
No quiere que le
des algo tuyo. No
quiere tus logros ni
tus éxitos (¡por muy
agradables que le
sean!) ni las buenas
notas, ni lo que te
hace importante
a los ojos de los
demás. Te desea a ti
mismo, tu corazón
tal como es hoy; que
abandones en él tu
sufriimiento y tus
faltas. Así será tu
Salvador, y él sanará
todo lo que está roto
en ti.

Sí, aquí estoy

Yo esperaba con ansia al Señor,
él se inclinó y escuchó mi grito:
me levantó de la fosa fatal,
de la charca fangosa;
afianzó mis pies sobre roca,
y aseguró mis pasos;
me puso en la boca un cántico nuevo,
un himno a nuestro Dios. [...]
Cuántas maravillas has hecho,
Señor, Dios mío,
cuántos planes en favor nuestro;
nadie se te puede comparar.
Intento proclamarlas, decirlas,
pero superan todo número.
Tú no quieres sacrificios ni ofrendas,
y, en cambio, me abriste el oído;
no pides holocaustos ni sacrificios expiatorios;
entonces yo digo: «Aquí estoy –como está
escrito en mi libro– para hacer tu voluntad.
Dios mío, lo quiero, y llevo tu ley en las entrañas». [...]
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.
Amén.

SALMO 39 (hebreo 40)





„ Dios no aparta su vista de nosotros como tampoco una madre aparta su vista del hijo que empieza a caminar.

SAN JUAN MARÍA VIANNEY,
CURA DE ARS

Oración de bendición

Señor, ponte delante de mí
y muéstrame el buen camino.

Señor, ponte a mi lado
y protégeme.

Señor, ponte detrás de mí
y líbrame de las perfidias de los malvados.

Señor, ponte debajo de mí,
líbrame de los falsos pasos
y rescátame cuando caiga.

Señor, ponte en mí
y consuélate cuando esté triste.

Señor, ponte a mi alrededor
y defiéndeme de los que me acosan.

Señor, ponte encima de mí
y bendícame.

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila
y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, mansión que contiene el inmenso.



TÚ ERES EL CAMINO

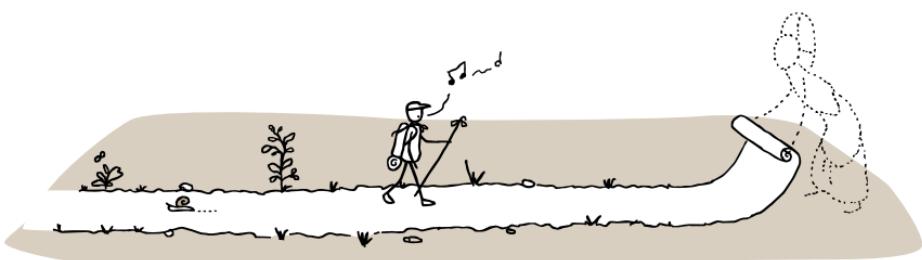


+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Dame, Señor, este día

Dame, Señor, este día,
y lo que ocurra en él:
Tú eres el Camino, la Verdad
y la Vida.
Tú eres el Camino: yo quiero seguirlo.
Tú eres la Verdad: yo quiero verla.
Tú eres la Vida: que me arrolle un torbellino
de dolor y de frialdad,
de felicidad y de ardor,
todo lo que me ocurre es bueno.
¡Haz que todo aumente la devoción en mí!
Yo comienzo ya, en tu nombre.
Amén.

Antiguo cántico de peregrino



Yo soy el camino

Tomás le dice: «Señor, no sabemos adónde vas, ¿cómo podemos saber el camino?». Jesús le responde: «Yo soy el camino y la verdad y la vida. Nadie va al Padre sino por mí».

JUAN 14,5-6

Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

„ La nobleza
y la belleza de
la fe están en
que nosotros nos
empeñemos en
intentar la aventura.

BEATO JOHN HENRY
NEWMAN

Fortalecido por tu apoyo, me atrevo a avanzar

Padre del cielo,
sé mi salvación,
haz que sepa abandonar mi miseria,
y que, seguro de tu apoyo,
me atreva a avanzar hacia los océanos desconocidos
de la libertad.

Amén.

PIERRE TEILHARD DE CHARDIN

+ El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.



Yo soy la luz
del mundo;
el que me sigue no
camina en tinieblas,
sino que tendrá la
luz de la vida.

JUAN 8,12

Dulce luz

Oh luz benigna, guíame,
por entre las tinieblas que me envuelven, condúceme;
es noche oscura, lejos del hogar, condúceme.
Mantenme en el camino; ni siquiera
te pido alcanzar a ver el horizonte;
me basta con ir avanzando lentamente.
No siempre ha sido así,
no siempre pedí que me llevaras;
pues quise elegir la senda por mí mismo;
pero ahora guíame.
Busqué la deslumbrante claridad del día,
y, ansiándola entre dudas,
me dominó el orgullo: olvida mi pasado.
Y puesto que hasta aquí me has bendecido,
hazlo otra vez, y guíame,
por entre los desiertos y pantanos,
peñascos y torrentes, que ya la noche acaba,
y con la luz del amanecer, los rostros de los ángeles,
que tanto amé y perdí por un momento,
sonreirán de nuevo.
Amén.

De *Lead me, Kindly Light* del beato JOHN HENRY NEWMAN



Los ídolos son todos los poderes, las exigencias y las esperas, las inclinaciones a la moda y todas las modas que nos murmuran al oído: «¡Yo soy tu Dios! ¡Sígueme, y sé mí porque yo te haré feliz!». Este salmo dice: «Yo digo al Señor: ‘Tú eres mi Dios’. No hay bien para mí fuera de ti».

Me enseñas el sendero de la vida

Protégeme, Dios mío, que me refugio en ti.
Yo digo al Señor: «Tú eres mi Dios».
No hay bien para mí fuera de ti.
En los santos que hay en la tierra,
varones insignes,
pongo toda mi complacencia.
Se multiplican las desgracias
de quienes van tras dioses extraños;
yo no derramaré sus libaciones con mis manos,
ni tomaré sus nombres en mis labios. [...]
Por eso se me alegra el corazón,
se gozan mis entrañas,
y mi carne descansa esperanzada.
Porque no me abandonarás en la región de los muertos
ni dejarás a tu fiel ver la corrupción.
Me enseñarás el sendero de la vida,
me saciarás de gozo en tu presencia,
de alegría perpetua a tu derecha.
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.
Amén.

SALMO 15 (hebreo 16)

En búsqueda

Padre,
estoy buscando,
no estoy seguro de nada.
Pero tú, Dios mío, vigila mis pasos
e indícame la dirección.

SAN AGUSTÍN

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila
y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, fulgor que ilumina las mentes.





CAMINAR EN TU NOMBRE



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

“ Cada vez que te pones a hacer algo bueno, comienza en primer lugar pidiendo a Dios con insistencia que sea él el que lo haga.

SAN BENITO
DE NURSIA

Dios mío, yo te adoro

Yo te adoro, mi Dios:
a ti, la sabiduría que me ha imaginado,
a ti, la voluntad que me ha querido,
a ti, el poder que me ha creado,
a ti, la gracia que me ha enaltecido,
a ti, la voz que me llama,
a ti, la palabra que me habla,
a ti, la bondad que me colma,
a ti, la providencia que guía mis pasos,
a ti, la misericordia que me perdona,
a ti, el amor que me abraza,
a ti, el Espíritu que me anima,
a ti, la paz que me invade,
a ti, la santidad que me convierte,
de manera que sólo encuentro la paz contemplándote:
Dios mío, yo te adoro. Amén

ALABANZA A DIOS

Yo os envío

Id y proclamad que ha llegado el reino de los cielos.
Curad enfermos, resucitad muertos, limpiad leprosos,
arrojad demonios. Gratis habéis recibido, dad gratis.
Mirad que yo os envío como ovejas entre lobos; por eso,
sed sagaces como serpientes y sencillos como palomas.

MATEO 10, 7-8.16

Silencio



Señor, ¿a
quién vamos
a acudir? Tú tienes
palabras de vida
eterna.

El apóstol Pedro en
JUAN 6,68

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

Haznos dignos de servir

Señor, haznos dignos de servir
a nuestros hermanos y hermanas de todo el mundo,
que viven en la miseria
y mueren de hambre.
Dales hoy, por nuestras manos,
su pan de cada día,
por nuestro amor misericordioso,
la paz y la alegría.



¡El camino
simple!

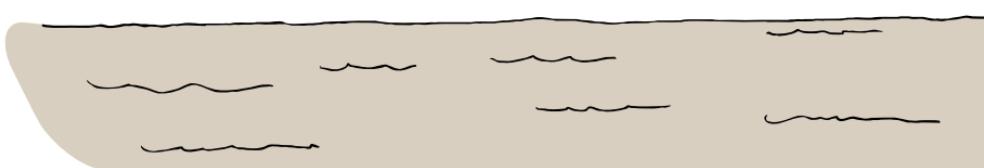
El fruto del silencio
es la oración. El
fruto de la oración
es la fe. El fruto de
la fe es el amor. El
fruto del amor es el
servicio. El fruto del
servicio es la paz.

BEATA MADRE TERESA
DE CALCUTA

Señor, haz que busque más
consolar que ser consolado;
comprender, que ser comprendido;
amar, que ser amado;
porque el que se olvida, se encuentra;
quien perdona, obtiene el perdón;
quien muere, despierta a la vida eterna.
Amén.

Oración de la mañana que recitan las Hermanas de la Caridad
(Orden fundada por la Madre Teresa)

+ El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

Sé bueno con nosotros

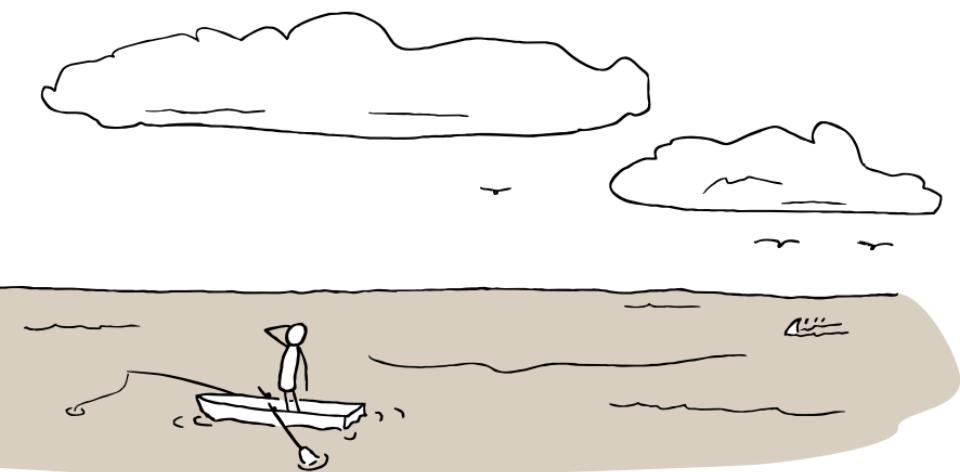
Señor, sé bueno con nosotros;
el mar es tan inmenso
y nuestro barco tan pequeño.
Amén.

Oración de los pescadores bretones

Luz en mi sendero

Lámpara es tu palabra para mis pasos,
luz en mi sendero.

SALMO 118, 105 (hebreo 119, 105)





Protege a los que velan

Vela, Señor, con aquellos
que velan o lloran esta noche.
Cuida a los enfermos,
da descanso a los fatigados,
bendice a los agonizantes,
alivia a los que sufren,
compadécete de los afligidos,
protege a los dichosos,
y a todos nosotros,
por la gracia de tu amor infinito.
Amén.

SAN AGUSTÍN

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila
y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, que tú sola llevaste en tus santas
entrañas al Dios y Señor del cielo y de la tierra.



TÚ NOS LLAMAS AMIGOS



„ Una vez que has reflexionado sobre su sentido y las has meditado, esfuérzate en aprender algunas oraciones de memoria. Estarás así más preparado para centrar en Dios la atención de tu espíritu. Verás lo agradable que es: saber de memoria oraciones te garantiza tener estas oraciones a tu alcance en todo momento y en toda circunstancia, y es muy importante.

SAN TEÓFANES
EL EREMITA

+ En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

Mis ojos

Mis ojos, mis pobres ojos que acaban de despertar los hiciste para ver, no sólo para llorar.

Haz que sepa adivinar entre las sombras la luz, que nunca me ciegue el mal ni olvide que existes tú.

Que, cuando llegue el dolor, que yo sé que llegará, no se me enturbie el amor, ni se me nuble la paz.

Sostén ahora mi fe, pues, cuando llegue a tu hogar, con mis ojos te veré y mi llanto cesará.

Liturgia de las horas, Himno



Yo os he elegido

Ya no os llamo siervos, porque el siervo no sabe lo que hace su señor: a vosotros os llamo amigos, porque todo lo que he oído a mi Padre os lo he dado a conocer. No sois vosotros los que me habéis elegido, soy yo quien os he elegido y os he destinado para que vayáis y deis fruto, y vuestro fruto permanezca. De modo que lo que pidáis al Padre en mi nombre os lo dé. Esto os mando: que os améis unos a otros.

JUAN 15,15-17

Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

„ Cristo, Cristo resucitado, es el compañero, el Amigo. Un compañero que se deja ver sólo entre sombras, pero cuya realidad llena toda nuestra vida, y que nos hace desear su simpatía definitiva.

SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ DE BALAGUER



Guía en paz mi barquilla

! No rezamos «sólo por hoy» porque el futuro nos da igual. Nosotros vivimos en el presente. No necesitamos volver hacia el pasado o huir hacia el futuro. «No os agobiéis por el mañana, porque el mañana traerá su propio agobio. A cada día le basta su desgracia» (Mateo 6,34).

Mi vida es un instante, una efímera hora, mi vida es sólo un día volandero y fugaz. Tú lo sabes, Dios mío, ¡para amarte aquí abajo no tengo más que hoy!

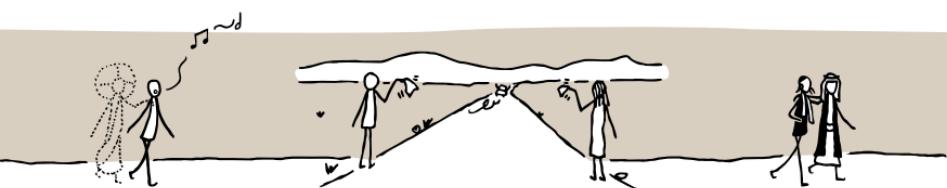
¡Oh, Jesús, yo te amo, hacia ti mi alma tiende, sé por un solo día mi dulce protección, ven y reina en mi pecho y dame tu sonrisa ¡nada más que por hoy!

¿Qué me importa que en sombras esté envuelto el futuro? ¡Nada puedo pedirte para mañana, ¡oh Dios! Conserva mi alma pura, cúbreme con tu sombra ¡nada más que por hoy!

¡Oh, Piloto divino! cuya mano me guía, en la ribera eterna pronto te veré yo. Sobre las fieras olas guía en paz mi barquilla ¡nada más que por hoy!

Amén.

SANTA TERESA DE LISIEUX





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

“ Que no es otra cosa oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama.

SANTA TERESA
DE JESÚS

Tú me buscas

Me buscaste tú, Señor,
como si te fuera la vida en buscarme,
y huyo de ti,
como si me fuera la muerte en hallarte;
siendo al revés,
que buscándome tú hallaste la muerte,
y hallándote yo, hallo la vida.

SAN JUAN DE ÁVILA



Tú solo, Señor, me haces vivir tranquilo

Escúchame cuando te invoco, Dios de mi justicia;
tú que en el aprieto me diste anchura,
ten piedad de mí y escucha mi oración. [...]
Hay muchos que dicen: «¿Quién nos hará ver la dicha,
si la luz de tu rostro ha huido de nosotros?».
Pero tú, Señor, has puesto en mi corazón más alegría
que si abundara en su trigo y en su vino.
En paz me acuesto y enseguida me duermo,
porque tú solo, Señor, me haces vivir tranquilo.

SALMO 4

Antes de que te busquemos

Señor,
antes incluso de que te busquemos,
tú estás ahí junto a nosotros.
Antes incluso de que conozcamos tu nombre,
tú eres nuestro Dios.

Abre nuestro corazón a este misterio que hemos
recibido y compartido:
tú nos has amado primero
y podemos estar felices contigo.

Y podemos acercarnos a ti,
no porque nosotros seamos buenos,
sino porque tú eres Dios.
Amén.

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila
y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, plegaria ante el juez verdadero.





TÚ ESCUCHAS MI LLAMADA



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

El deseo de contemplar a Dios

Si finalmente tuviera que deciros qué es lo esencial para nosotros que queremos vivir en una ciudad y que queremos creer en un cristianismo que tenga verdaderamente impacto en la vida moderna, entonces os diría que nuestra actitud fundamental debe ser la de vencer el miedo. Porque, ¿por qué no rezó? Es porque tengo miedo a perder el tiempo, porque tengo miedo a la sequía espiritual.

CARLO CARRETTO

Y ahora, Señor, mi Dios,
enseña a mi corazón dónde y cómo buscarte,
dónde y cómo encontrarte.

Señor, si no estás aquí,
¿dónde te buscaré, estando ausente?
Si estás por doquier,
¿cómo no descubro tu presencia?
Ciento es que habitas en una claridad inaccesible.
Pero ¿dónde se halla esa inaccesible claridad?,
¿cómo me acercaré a ella?
¿Quién me conducirá hasta ahí para verte en ella?
Y luego, ¿con qué señales, bajo qué rasgo te buscaré?
Nunca jamás te vi, Señor, Dios mío;
no conozco tu rostro.

Enséñame a buscarte y muéstrate a quien te busca;
porque no puedo ir en tu busca
a menos que tú me enseñas,
y no puedo encontrarte
si tú no te manifiestas.
Deseando te buscaré, buscando te desearé,
amando te hallaré y hallándote te amaré.

DEL LIBRO PROSLOGION DE SAN ANSELMO, OBISPO

El Espíritu intercede por nosotros

Del mismo modo, el Espíritu acude en ayuda de nuestra debilidad, pues nosotros no sabemos pedir como conviene; pero el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos inefables. Y el que escruta los corazones sabe cuál es el deseo del Espíritu, y que su intercesión por los santos es según Dios. Por otra parte, sabemos que a los que aman a Dios todo les sirve para el bien.

CARTA DE SAN PABLO A LOS ROMANOS 8, 26-28

Silencio



Señor,
auméntanos
la fe.

Los apóstoles, después
de unas palabras de
Jesús sobre el perdón de
los pecados.

LUCAS 17,5

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

Como tú quieras

Señor, como tú lo quieras, así ocurrirá.

Y como tú lo quieras, así también lo desearé yo.

Ayúdame a entender de verdad tu voluntad.

Señor, lo que tú quieras, eso es lo que escogeré.

Y lo que tú quieras, ésa es mi ganancia.

Me basta y me es suficiente saber que soy todo tuyo.

Señor, porque tú lo quieras, por eso mismo eso es bueno.

Y porque tú lo quieras, por eso tengo ánimos.

Mi corazón descansa en tus manos.

Señor, cuando tú lo quieras, ese será el momento adecuado.

Y cuando tú lo quieras, yo estoy dispuesto.

Hoy y en toda la eternidad.

Amén.

RUPERT MAYER

+ El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

Tú no te ausentas

” El deseo
de orar es ya una
oración.

GEORGES BERNANOS

Señor, Dios mío,
no eres tú extraño a quien no se extraña contigo,
¿cómo dicen que te ausentas tú?

SAN JUAN DE LA CRUZ

Tú estás cerca de mí

 Sino que
acallo y
modero mis deseos,
como un niño en
brazos de su madre;
como un niño sacia-
do, así está mi alma
dentro de mí.

SALMO 130,2
(hebreo 131,2)

El Señor es mi pastor, nada me falta:
en verdes praderas me hace recostar;
me conduce hacia fuentes tranquilas
y repara mis fuerzas;
me guía por el sendero justo,
por el honor de su nombre.

Aunque camine por cañadas oscuras,
nada temo porque tú vas conmigo:
tu cara y tu cayado me sosiegan.

Preparas una mesa ante mí,
enfrente de mis enemigos;
me unges la cabeza con perfume,
y mi copa rebosa.

Tu bondad y tu misericordia me acompañan
todos los días de mi vida,
y habitaré en la casa del Señor
por años sin término. Amén.

SALMO 22 (hebreo 23)

**Tú has puesto fin a esta jornada**

Señor, Dios mío, te doy gracias
por haber llevado a término este día;
te doy gracias por permitir que cuerpo y alma descansen.
Tu mano me ha cubierto para guardarme y protegerme.
Perdona mi falta de fe y toda mala acción en este día,
y ayúdame a perdonar a cuantos me han hecho daño.
Déjame dormir en paz bajo tu protección,
y presérvame de las tentaciones de la noche.
Te confío a mis seres queridos,
y a todos los que habitan en esta casa;
te confío mi cuerpo y mi alma.
Dios mío, alabado sea tu nombre.
Amén.

DIETRICH BONHOEFFER

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila y
una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, Madre y Maestra de vírgenes.





TÚ SABES LO QUE ME ANIMA



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

”

Vuelvo sobre las distracciones que tanto me molestan. Para las que van por aquí, en la meditación, es bueno un libro para prestarlo y recogerse. Aprovechábame a mí también ver campo, o agua, o flores. En estas cosas hallaba yo memoria del Creador, digo que me despertaban y recogían y servían de libro.

SANTA TERESA DE JESÚS

Que mi alegría vuele hacia el cielo

Señor, que mi alegría vuele hacia el cielo como los pájaros.
La noche se ha disipado, y me alegro de ver la luz.
Señor, esta mañana, estoy contento.
Los pájaros y los ángeles cantan y yo también me siento alegre.
El universo y nuestros corazones están abiertos a tu gracia.
Siento mi cuerpo y te doy gracias.
Señor, mi alegría está en la creación, y en ti que estás detrás de ella, y al lado y delante y encima y en nosotros.
Los salmos cantan tu amor, los profetas lo anuncian y nosotros nos beneficiamos de él.

Que mi alegría vuele hacia el cielo como los pájaros.
Un nuevo día brilla y centellea y muestra el júbilo de tu amor.
Tú eres el autor de cada día.
Y cada día, tú cuentas los bucles de mi cabellera.
Aleluya, Señor.
Amén.

POEMA AFRICANO



¡No te avergüences del testimonio que tienes que dar!

Por esta razón te recuerdo que reavives el don de Dios que hay en ti por la imposición de mis manos, pues Dios no nos ha dado un espíritu de cobardía, sino de fortaleza, de amor y de templanza. Así pues, no te avergüences del testimonio de nuestro Señor.

2^a CARTA DE SAN PABLO A TIMOTEO 1,6-7

Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

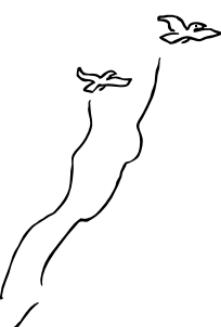
Pide un corazón vigilante

Dame, Señor mi Dios,
 un corazón vigilante,
 que ningún pensamiento curioso me arrastre lejos de ti;
 un corazón noble,
 al que ninguna indigna afección desvíe;
 un corazón firme,
 al que ninguna adversidad destroce;
 un corazón libre,
 al que ninguna pasión violenta subyugue.

Concédemelo, Señor, Dios mío,
 una inteligencia que te conozca,
 una diligencia que te busque,
 una sabiduría que te encuentre,
 una vida que te plazca,
 una perseverancia que te espere con confianza
 y una confianza que al fin te posea.
 Amén.

Inspirado en SANTO TOMÁS DE AQUINO

+ El Señor nos bendiga,
 nos guarde de todo mal
 y nos lleve a la vida eterna. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.



¡Señor,
sálvanos,
que perecemos!

Los discípulos en la
tempestad
MATEO 8,25

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

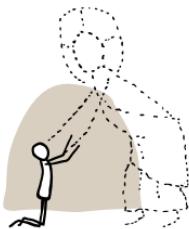
Tú sabes lo que mejor me conviene

Dios mío, sólo tú sabes lo que mejor me conviene.
Creo que lo sabes perfectamente.
Creo que me amas mejor
que yo me amo a mí mismo,
que eres muy sabio en tu providencia,
y todopoderoso en tu protección.
Te doy gracias de todo corazón por haberme retirado
el gobierno de mí mismo, tarea muy pesada para mí,
y por haber asumido tú mismo la carga.
No puedo pedir nada mejor
que estar a tu cargo, y no al mío.
Quiero seguirte, Dios mío, con la ayuda de tu gracia,
por todas partes por donde tú vayas y a dónde me lleves.
Esperaré que me lleves,
y cuando vengas a buscarme,
te seguiré dócilmente sin temor.
Te prometo no mostrarme impaciente, si a veces
tú me dejas perplejo y sin luz;
ni quejarme nunca ni irritarme si estoy
ansioso o me siento desgraciado.
Amén.

BEATO JOHN HENRY NEWMAN

„ Jesú s es llamo d O r i e n t e porque es la fuente de la luz e iluminador de todas las cosas, y porque nos hace nacer para la vida eterna.

SAN ISIDORO



Señor, tú eres el Altísimo

Es bueno dar gracias al Señor
y tocar para tu nombre, oh Altísimo;
proclamar por la mañana tu misericordia
y de noche tu fidelidad,
con arpas de diez cuerdas y laúdes,
sobre arpegos de cítaras.
Tus acciones, Señor, son mi alegría,
y mi júbilo, las obras de tus manos.
¡Qué magníficas son tus obras, Señor,
qué profundos tus designios!
El ignorante no los entiende
ni el necio se da cuenta. [...]
Tú, en cambio, Señor, eres ex celso por los siglos. [...]
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. Amén.

SALMO 91 (hebreo 92)



Le tienes

Pues busco, debo encontrar.
Pues llamo, débenme abrir.
Pues pido, me deben dar.
Pues amo, débenme amar.
Aquel que me hizo vivir.
¿Calla? Un día me hablará.
¿Me pone a prueba? Soy fiel.
¿Pasa? No lejos irá;
pues tiene alas mi alma, y va
volando detrás de Él.
Es poderoso, más no
podrá mi amor esquivar.
Invisible se volvió,
mas ojos de lince yo
tengo y le habré de mirar.
Alma, sigue hasta el final
en pos del Bien de los bienes
y consuélate en tu mal
pensando como Pascal:
«¿Le buscas? ¡Es que le tienes!»

AMADO NERVO

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila
y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, aurora que nos anuncia el Sol.



Segunda semana – El camino de Dios conmigo



DIOS SE LEVANTA: RESURRECCIÓN



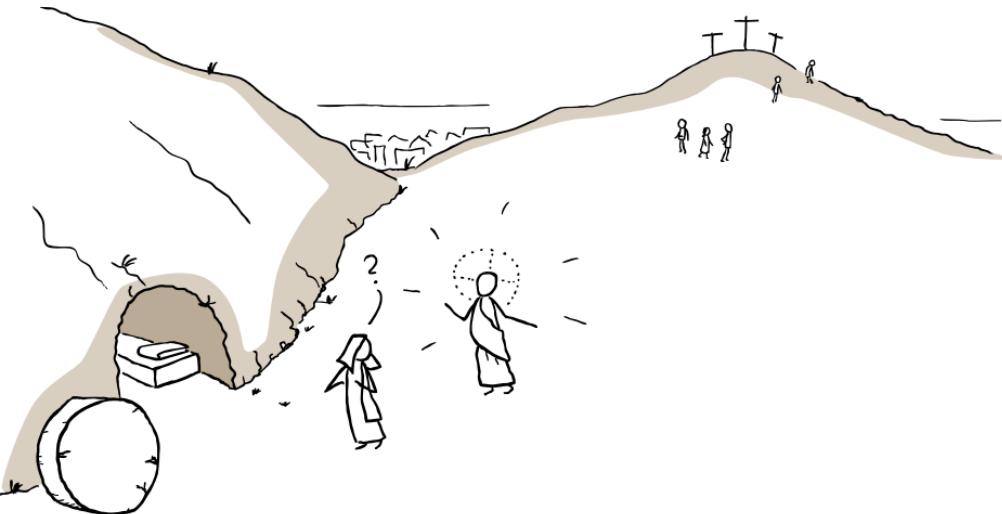
+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

! Cuando santa
Matilde habla
del «poder» de Dios
que la «protege»,
quiere decir que el
poder de Dios es
superior a todas las
demás fuerzas y po-
deres imaginables.
Dios no es un poder
entre los demás.
Es el principio y
el origen de todo,
que confiere a todo
fuerza y poder.
¡Comprender esto, es
ya muy importante!

Alabado seas tú

Alabado seas tú, Señor,
que has sido misericordioso conmigo.
Alabado seas tú, Señor,
que me has glorificado por el anonadamiento de tu pasión.
Alabado seas tú, Señor,
que en tu bondad te has hecho mi guía.
Alabado seas tú, Señor,
que me has colmado de tu sabiduría.
Alabado seas tú, Señor,
porque me has protegido con tu poder.
Alabado seas tú, Señor,
porque me has santificado con tu gracia.
Alabado seas tú, Señor,
porque te has revelado a nosotros en tu luz.
Alabado seas tú, Señor,
porque, por medio de tu amor, nos has puesto por encima
de todas las criaturas.

SANTA MATILDE DE MAGDEBURGO



He visto al Señor

” Tu luz es resplandeciente, Dios mío, que no se apague por culpa nuestra.

SAN EFRÉN DE SIRIA

Estaba María fuera, junto al sepulcro, llorando... Se vuelve y ve a Jesús, de pie, pero no sabía que era Jesús.. Jesús le dice: «Mujer, ¿por qué lloras?, ¿a quién buscas?». Ella, tomándolo por el hortelano, le contesta: «Señor, si tú te lo has llevado, dime dónde lo has puesto y yo lo recogeré». Jesús le dice: «¡María!». Ella se vuelve y le dice: «¡Rabboni!», que significa: «¡Maestro!». Jesús le dice: «No me retengas, que todavía no he subido al Padre. Pero, anda, ve a mis hermanos y diles: 'Subo al Padre mío y Padre vuestro, al Dios mío y Dios vuestro'». María la Magdalena fue y anunció a los discípulos: «He visto al Señor y ha dicho esto».

JUAN 20, 11.14B-18

Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

Salmo 117

Escuchad: hay cantos de victoria en las tiendas de los justos:
«la diestra del Señor es poderosa,
la diestra del Señor es excelsa,
la diestra del Señor es poderosa».

No he de morir, viviré
para contar las hazañas del Señor.
Me castigó, me castigó el Señor,
pero no me entregó a la muerte.

Abridme las puertas del triunfo,
y entraré para dar gracias al Señor.

-Ésta es la puerta del Señor:
los vencedores entrarán por ella.

-Te doy gracias porque me escuchaste
y fuiste mi salvación.

La piedra que desecharon los arquitectos
es ahora la piedra angular.

Es el Señor quien lo ha hecho,
ha sido un milagro patente.

Éste es el día en que actuó el Señor:
sea nuestra alegría y nuestro gozo.
Señor, danos la salvación;
Señor, danos prosperidad.

-Bendito el que viene en nombre del Señor,
os bendecimos desde la casa del Señor;
el Señor es Dios, él nos ilumina.

-Ordenad una procesión con ramos
hasta los ángulos del altar.

Tú eres mi Dios, te doy gracias;
Dios mío, yo te ensalzo.
Dad gracias al Señor porque es bueno,
porque es eterna su misericordia.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. Amén.

+ El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

” Sobre el altar de nuestro corazón podemos ofrecer todo —y si ofrecemos poco significa que somos aún de poca fe—, pero el Espíritu transformará sólo lo que le demos. Esta es la misteriosa sinergetia de la oración: ¡Cuanto más abierta está nuestra voluntad a la del Padre, más hará el padre nuestra voluntad!

JEAN CORBON

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

Antes que acabe el día

Antes que acabe el día
te pedimos, Dios creador,
que, fiel a tu bondad,
nos protejas, nos guardes.

Que se alejen de nosotros los sueños
y las angustias de la noche.
Líbranos del enemigo,
que tu amor sin fin nos guarde.

Escúchanos, Dios Padre nuestro,
por Jesucristo Nuestro Señor
en la unidad del Espíritu Santo
que reina sin fin por los siglos de los siglos. Amén.

LITURGIA DE LAS HORAS. Himno de completas, siglo V.

Tú eres mi refugio

Tú que habitas al amparo del Altísimo,
que vives a la sombra del Omnipotente,
di al Señor: «Refugio mío, alcázar mío,
Dios mío, confío en ti».
Él te librará de la red del cazador,
de la peste funesta.

Te cubrirá con sus plumas,
 bajo sus alas te refugiarás:
 su verdad es escudo y armadura.
 No temerás el espanto nocturno,
 ni la flecha que vuela de día,
 ni la peste que se desliza en las tinieblas,
 ni la epidemia que devasta a mediodía. [...]
 Porque hiciste del Señor tu refugio,
 tomaste al Altísimo por defensa.
 No se acercará la desgracia,
 ni la plaga llegará hasta tu tienda,
 porque a sus ángeles ha dado órdenes
 para que te guarden en tus caminos. [...]
 Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
 Como era en el principio, ahora y siempre,
 por los siglos de los siglos.
 Amén.

SALMO 90 (hebreo 91)



Podemos confiar
 a Dios todo lo
 que somos y todo
 lo que tenemos.
 Nunca seremos
 perjudicados. En
 las manos de Dios,
 nuestra libertad
 sigue libre, nuestra
 memoria despierta,
 nuestra inteligencia
 iluminada, y nuestra
 voluntad sigue
 siendo buena.

Tomad, Señor

Tomad, Señor, y recibid toda mi libertad,
 mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad,
 todo mi haber y mi poseer,

Vos me lo disteis,
 a Vos, Señor, lo torno.
 Todo es vuestro.

Disponed a toda vuestra voluntad,
 dadme vuestro amor y gracia
 que ésta me basta.

SAN IGNACIO DE LOYOLA

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila
 y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, firmísimo alcázar de toda la Iglesia.



SEMANA
2
LUNES

UN EDIFICIO DE PIEDRAS VIVAS: LA IGLESIA



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Dios mío, tú tomas los caminos de los hombres



Dios, Padre misericordioso, creador del cielo y de la tierra,
tú has creado al hombre y a la mujer a tu imagen,
tú estás cerca de los hombres de todos los pueblos
y de todos los tiempos.
Te alabamos.
Con Israel, el pueblo que elegiste,
concluiste una Alianza eterna.
Cuando se cumplieron los tiempos,
enviaste a tu Hijo, Jesús,
y tomaste el camino de los hombres.
Te damos gracias.
Con la fuerza del Espíritu Santo, acompañas a tu Iglesia,
y la colmas de una gran diversidad de dones.
Ella es la Iglesia de los santos y de los pecadores,
pero tú la acompañas con tu fidelidad para hacerla entrar
en el tercer milenio.
Confiamos en ti.
Haznos ver desde ahora signos de tu Reino:
de verdad y de amor entre los hombres,
de justicia y de paz entre los pueblos.
Te lo pedimos, por Jesucristo nuestro hermano
y nuestro Señor.
Amén.

SAN JUAN PABLO II



“

El Dios que buscamos no está lejos de nosotros, ya que está dentro de nosotros, si somos dignos de esta presencia.

SAN COLUMBANO

Vosotros sois la morada de Dios

Así pues, ya no sois extranjeros ni forasteros, sino conciudadanos de los santos, y miembros de la familia de Dios. Estáis edificados sobre el cimiento de los apóstoles y profetas, y el mismo Cristo Jesús es la piedra angular. Por él todo el edificio queda ensamblado, y se va levantando hasta formar un templo consagrado al Señor. Por él también vosotros entráis con ellos en la construcción, para ser morada de Dios, por el Espíritu.

CARTA DE SAN PABLO A LOS EFESIOS 2, 19-22

Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

“ Cuanto más se reza por alguien, más bendiciones recibe, porque toda oración ferviente es escuchada, aunque la manera en que es escuchada permanece oculta a los ojos de los hombres.

SANTA GERTRUDIS DE HELFTA

Tú nos haces regalo de los demás

Señor,
tú nos haces regalo de los demás,
que velan cuando nosotros dormimos,
que creen cuando nosotros dudamos,
y que rezan por nosotros
cuando callamos.

Tú nos haces regalo de los demás,
que caminan con nosotros,
que esperan y se angustian con nosotros,
que a pesar del cansancio nunca abandonan,
y a los que nosotros siempre podemos contar
nuestras preocupaciones y nuestras angustias.

Tú nos haces regalo de los demás,
que se mantienen con nosotros delante de ti,
que te rezan y te cuestionan,
que te dan gracias,
y que están listos para todo por ti.

Tú nos haces regalo de los demás,
y tú nos los confías.
Nosotros no podemos amarte sin ellos,
y tú no nos amas sin ellos.
Permitte que seamos bendición,
los unos para los otros,
en el camino que nos lleva a ti.
Amén.

+ El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

“ A quienes desean practicar la oración, en particular a los que comienzan, les aconsejo buscar la amistad y el comercio de otras personas que también desean ejercitarse en esta forma de oración.

SANTA TERESA
DE JESÚS

Cuando dos o tres... allí estás tú

Te pedimos, Señor,
que estés en medio de nosotros
en este lugar en que te rezamos,
pero también en nuestro pueblo,
en nuestra casa.
Señor, tú lo has dicho:
Cuando dos o tres están reunidos en tu nombre,
allí estás tú, en medio de ellos.
Cuando dos o tres escuchan tu Palabra,
cuando dos o tres te siguen,
cuando dos o tres –o más–
quieren vivir tu misión,
tú estás presente en medio de ellos.
Señor, tenemos confianza en ti,
tenemos confianza en tu Palabra.
¡Escucha nuestra oración, mantente cerca de nosotros,
quédate a nuestro lado!
Danos el valor, la esperanza y la alegría.
Te lo pedimos, por Jesucristo, tu Hijo,
nuestro Señor.
Amén.

De Zimbabwe

Busco tu rostro, Señor

Una cosa pido al Señor,
eso buscaré:
habitar en la casa del Señor
por los días de mi vida;
gozar de la dulzura del Señor,
contemplando su templo. [...]
Oigo en mi corazón:
«Buscad mi rostro».
Tu rostro buscaré, Señor.
No me escondas tu rostro [...]
Espero gozar de la dicha del Señor
en el país de la vida.
Espera en el Señor, sé valiente,
ten ánimo, espera en el Señor.
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.
Amén.

SALMO 26 (hebreo 27)



La oración es
el gesto más razona-
ble del hombre. La
petición es el *alfa y
omega* de todo.

LIGUÍ GIUSSANI

Reconocerte juntos

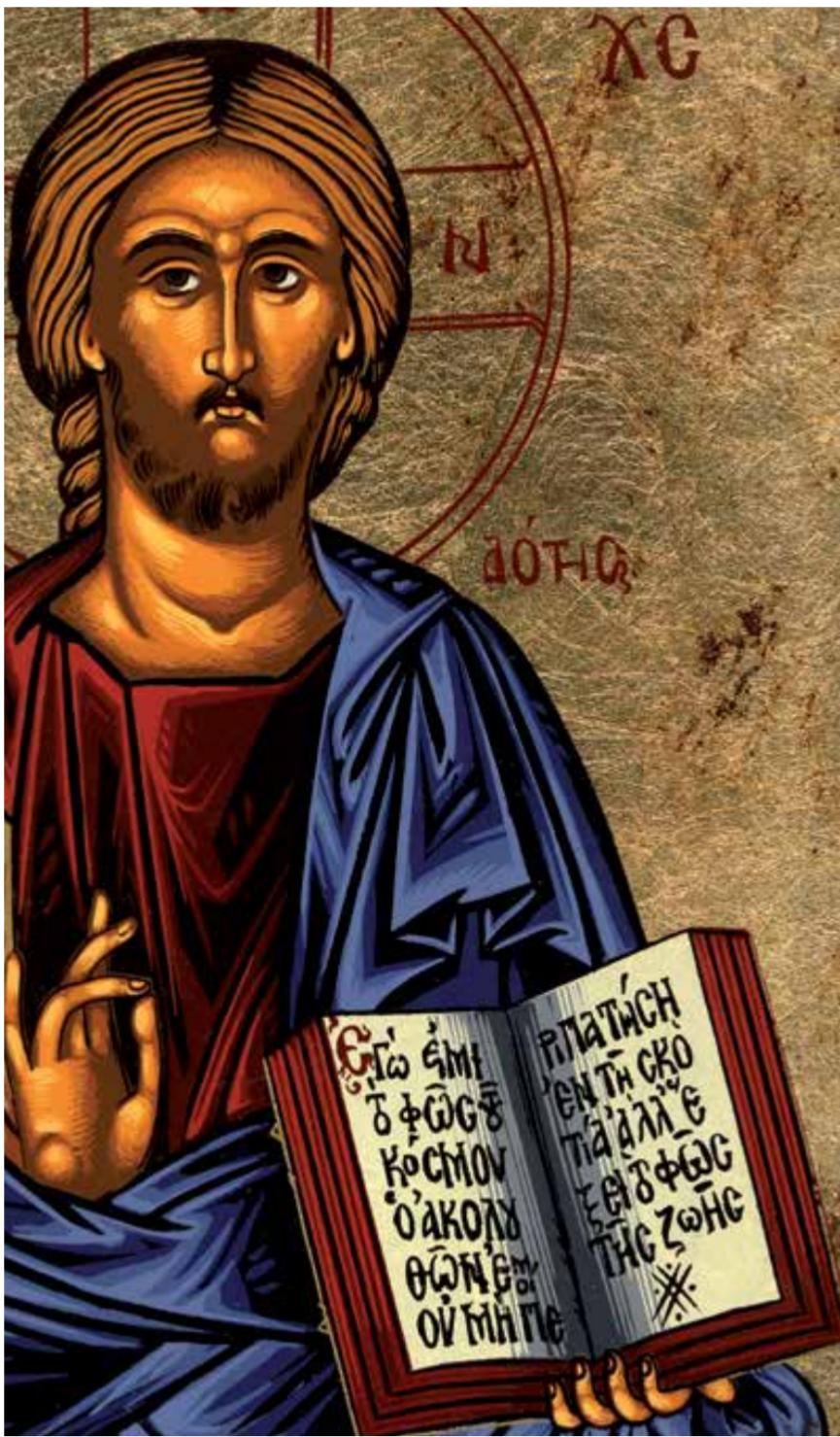
Quédate con nosotros, Señor Jesús, porque el día ya se acaba; sé nuestro compañero de camino, levanta nuestros corazones, reanima nuestra esperanza; así nosotros, junto con nuestros hermanos, podremos reconocerte en las Escrituras y en la fracción del pan. Tú que vives y reinas con el Padre en la unidad del Espíritu Santo y eres Dios, por los siglos de los siglos. Amén.

ORACIÓN DE VÍSPERAS

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, la Luz alumbraste y recibimos su vida.







PARA QUE EL MUNDO CREA: UNIDAD



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

En el silencio del día que amanece

Señor Jesús,
en el silencio de este día que amanece,
vengo a ti, con humildad y confianza.
Quiero que me des tu paz, tu sabiduría, tu fuerza
para contemplar, con los ojos llenos de amor,
la grandeza del universo.
Hazme comprender que la gloria de la Iglesia brota
de tu cruz, como una fuente viva.
Permitme que reciba a mi prójimo como a aquel
que túquieres amar por medio de mí.
Disponme a servirle con generosidad,
y a ayudarle a hacer fructificar todos los dones
que tú has puesto en él.
Que mis palabras irradiien la dulzura,
y que mis gestos promuevan la paz.
Que en mi espíritu sólo habiten pensamientos generosos.
Que mis oídos se cierren a toda calumnia
y que mi lengua sólo esté al servicio de la bondad.
Pero ante todo, Señor, permíteme estar siempre
alegre y caritativa, para que todos los que están en
mi camino adivinen tu presencia y tu amor en mí.
Revísteme del resplandor de tu bondad y de tu belleza
para que dé testimonio de ti a lo largo
de este día. Amén.

Inspirada en un texto de la beata María de Jesús crucificado (MARIAM D'ABELLIN)

” En el camino ecuménico hacia la unidad, la primacía corresponde sin duda a la oración común, a la unión orante de quienes se congregan en torno a Cristo mismo. Si los cristianos, a pesar de sus divisiones, saben unirse cada vez más en oración común en torno a Cristo, crecerá en ellos la conciencia de que es menos lo que los divide que lo que los une.

SAN JUAN PABLO II

Para que todos sean uno

Que todos sean uno, como tú, Padre, en mí, y yo en ti, que ellos también sean uno en nosotros, para que el mundo sepa que tú me has enviado y que los has amado a ellos como me has amado a mí.

JUAN 17,21-23

Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

Ven Espíritu Santo

Ven, Espíritu Santo, a nuestros corazones, y cómällos con tus gracias.

Enséñanos lo que debemos hacer, muéstranos lo que debemos pensar, muéstranos cómo debemos actuar.

Tú que amas la verdad por encima de todo, no permitas que destruyamos lo que has dispuesto.

Que la ignorancia no nos lleve al error, que la ligereza no nos seduzca, y que no nos perdamos en falsas y vanas consideraciones.

Permitenos que seamos fieles a ti y que no nos apartemos de la verdad.

Oración de los Padres del Concilio, 1962

+ El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

”

Os invito a buscar cada día al Señor, que no desea otra cosa que seáis realmente felices. Mantened con él una relación fuerte y duradera en la oración, y, a ser posible, buscad en vuestra jornada momentos que consagréis a él solo.

BENEDICTO XVI

Tarde te amé

¡Tarde te amé, Hermosura tan antigua y tan nueva,
tarde te amé!
Y tú estabas dentro de mí y yo afuera,
y así por fuera te buscaba;
y, deformé como era, me lanzaba sobre estas cosas
hermosas que tú creaste.
Tú estabas conmigo, mas yo no estaba contigo.

Reteníanme lejos de ti aquellas cosas que,
si no estuviesen en ti, no existirían.

Me llamaste y clamaste, y quebrantaste mi sordera;
brillaste y resplandeciste, y curaste mi ceguera;
exhalaste tu perfume, y lo aspiré, y ahora te anhelo;
gusté de ti, y ahora siento hambre y sed de ti;
me tocaste, y deseé con ansia la paz que procede de ti.

SAN AGUSTÍN

No olvides sus beneficios

Bendice, alma mía, al Señor,
y todo mi ser a su santo nombre.
Bendice, alma mía, al Señor,
y no olvides sus beneficios.



En el Antiguo Testamento, el águila simboliza la perseverancia y la fuerza. Los primeros cristianos veían en el águila un símbolo del Señor resucitado, y también del cristiano, que, a su muerte, recibe de Dios una vida nueva.

Él perdona todas tus culpas
y cura todas tus enfermedades:
él rescata tu vida de la fosa,
y te colma de gracia y de ternura;
Él sacia de bienes tus días,
y como un águila
se renueva tu juventud.
El Señor hace justicia
y defiende a todos los oprimidos. [...]
El Señor es compasivo y misericordioso,
lento a la ira y rico en clemencia. [...]
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.
Amén.

SALMO 102 (hebreo 103)



Tú estabas en el fondo de mi corazón, y yo te buscaba en otra parte

Jesús, amor de todo amor,
tú estabas siempre conmigo,
y yo lo olvidaba.
Tú estabas en el fondo de mi corazón,
y yo te buscaba en otra parte.
Cuando yo estaba lejos de ti,
tú me esperabas.
Y ahora me atrevo a decirte:
tú, el Resucitado, eres mi vida.

HERMANO ROGER SCHUTZ (COMUNIDAD DE TAIZÉ)

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila
y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, barrera a las fieras hostiles.





TÚ NOS ARRANCAS NUESTRO CORAZÓN DE PIEDRA: CONVERSIÓN



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Ayúdame a orar esta mañana

„ No deberíamos perder nunca de vista nuestra debilidad y nuestra grandeza. Ser humilde es tener en cuenta estas dos dimensiones y aceptarlas: debemos tener respeto por nosotros mismos. El hombre será siempre un misterio inefable: totalmente semejante a Dios y totalmente humano. Extraordinariamente bello y grande. El hombre es la alegría de Dios.

ROMANO GUARDINI

¡Oh Dios! A ti te invoco al inicio del día.
Ayúdame a orar y a concentrar mis pensamientos en ti;
no lo logro por mí mismo.
Reina en mí la oscuridad pero en ti está la luz;
estoy solo, pero tú no me abandonas;
estoy desalentado, pero en ti está la ayuda;
estoy intranquilo, pero en ti está la paz;
la amargura me domina, pero en ti está la paciencia;
no comprendo tus caminos, pero tú sabes el camino para mí.

DIETRICH BONHOEFFER. Oración de la mañana

Él ha venido a buscar y salvar lo que estaba perdido

Al ver esto, todos murmuraban diciendo: «Ha entrado a hospedarse en casa de un pecador». Pero Zaqueo, de pie, dijo al Señor: «Mira, Señor, la mitad de mis bienes se la doy a los pobres; y si he defraudado a alguno, le restituyo cuatro veces más». Jesús le dijo: «Hoy ha sido la salvación de esta casa, pues también este es hijo de Abrahán. Porque el Hijo del hombre ha venido a buscar y salvar lo que estaba perdido».

LUCAS 19,7-10

Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...



”

El Espíritu es llamado Septiforme, debido a los dones que, particularmente los que son dignos de ellos, alcanzan la plenitud de su unidad. Él es el Espíritu de la sabiduría y la inteligencia; el Espíritu del consejo y la fortaleza; el Espíritu de la ciencia y la piedad; el Espíritu del temor de Dios.

SAN ISIDORO

Ven a romper mis cadenas

Jesús mío,
me gustaría servirte,
y no encuentro el camino.
Me gustaría hacer el bien,
y no encuentro el camino.
Me gustaría encontrarte
y no encuentro el camino.
Me gustaría amarte,
y no encuentro el camino.

Aún no te conozco, Jesús mío,
porque no te busco.
Yo te busco, y no te encuentro..
Ven a mí, Jesús mío.
No te amaré nunca
si no me ayudas, Jesús mío.
Ven a romper mis cadenas,
si tú me quieres tuyo.
Jesús, sé Jesús para mí.
Amén.

SAN FELIPE NERI

+ El Señor nos bendiga,
nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

“ Un cristiano en la Iglesia es un hombre, una mujer, con esperanza. Tiene esperanza en la promesa, que no es expectativa: ¡es otra cosa! Es precisamente esperanza: ¡adelante! ¡Es la esperanza que no defrauda! Mirando hacia atrás, el cristiano es una persona «memoriosa»; pide la gracia de la memoria, ¡siempre! Mirando hacia adelante, el cristiano es un hombre y una mujer de esperanza.

PAPA FRANCISCO

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

Él te ama

¡Oh Cristo!, tú eres mi esperanza,
mi paz, mi felicidad, toda mi vida:
¡Oh Cristo!, mi espíritu tiende a tí;
¡Oh Cristo!, yo te adoro.

¡Oh Cristo!, sigo siendo fiel a tí
con toda la fuerza de mi alma:
yo te amo, Señor, a tí solo.
Yo te busco, yo te sigo.

Amén.

SAN ALFANO DE SALERNO

Tú serás mi Dios

Derramaré sobre vosotros un agua pura
que os purificará:
de todas vuestras inmundicias e idolatrías
os he de purificar;





Señor, si
quieres,
puedes limpiarme.

Un leproso a Jesús
MATEO 8,2
LUCAS 5,12

y os daré un corazón nuevo,
y os infundiré un espíritu nuevo;
arrancaré de vuestra carne el corazón de piedra,
y os daré un corazón de carne.

Os infundiré mi espíritu,
y haré que caminéis según mis preceptos,
y que guardéis y cumpláis mis mandatos.

Y habitaréis en la tierra que di a vuestros padres.
Vosotros seréis mi pueblo,
y yo seré vuestro Dios.

EZEQUIEL 36,25-28

Haz germinar nuestro trabajo

Concede, Señor, a nuestros cuerpos fatigados el descanso necesario, y haz que la simiente del reino que con nuestro trabajo hemos sembrado hoy crezca y germine para la cosecha de la vida eterna. Por Cristo nuestro Señor.

Amén.

Liturgia de las horas. COMPLETAS.

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, tú plantas quien planta la Vida.



SEMANA
2
JUEVES

ES HOY: EUCHARISTÍA



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.



Yo soy el
pan de vida.

Vuestros padres
comieron en el
desierto el maná y
murieron; éste es
el pan que baja del
cielo, para que el
hombre coma de él y
no muera. Yo soy el
pan vivo que ha ba-
jado del cielo; el que
coma de este pan
vivirá para siempre.
Y el pan que yo os
daré es mi carne por
la vida del mundo.

JUAN 6,48-51

Reúne a la Iglesia en tu Reino

Te damos gracias, Padre nuestro,
por la vida y la ciencia
que nos enseñaste por medio de Jesús, tu Hijo y Siervo.

Lo mismo que este pan partido,
repartido en otro tiempo en los montes,
y, recogido, se hizo uno,
así sea recogida tu Iglesia desde los límites de la tierra
en tu reino.

Te damos gracias, Padre Santo,
por tu santo nombre,
al que hiciste habitar en nuestros corazones;
y por la ciencia y fe e inmortalidad,
que nos enseñaste por Jesús, tu Hijo.

Acuérdate, Señor, de tu Iglesia,
para librarrla de todo mal, y hacerla perfecta en tu amor.
Reúne de los cuatro vientos a la Iglesia que tú has santi-
ficado en el Reino que le has preparado,
porque tuyo es el poder y la gloria
por los siglos. Amén.

La Didaché o La enseñanza de los apóstoles

Es hoy

El cual, hoy, la víspera de padecer por nuestra salvación y la
de todos los hombres, tomó pan en sus santas y venerables



manos, y elevando los ojos al cielo, hacia ti, Dios, Padre suyo todopoderoso, dando gracias, te bendijo, lo partió, y lo dio a sus discípulos diciendo: «Tomad y comed todos de él, porque esto es mi Cuerpo, que será entregado por vosotros». Del mismo modo, acabada la cena, tomó el cáliz, dando gracias te bendijo, y lo pasó a sus discípulos, diciendo: «Tomad y bebed todos de él, porque éste es el cáliz de mi Sangre, Sangre de la alianza nueva y eterna, que será derramada por vosotros y por todos los hombres para el perdón de los pecados. Haced esto en conmemoración mía».

Plegaria eucarística I, con el propio del Jueves Santo. Según Mt 26,26-28 y la 1^a CARTA DE SAN PABLO A LOS CORINTIOS 11,23-25.

Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

Ven a crecer en mí, Jesús

Ven a crecer
en mí, Jesús,
en mi espíritu,
en mi corazón,
en mis ideas,
en mis sentidos.

Ven a crecer en mí,
en tu bondad,
en tu pureza,
en tu humildad,
en tu celo y tu amor.

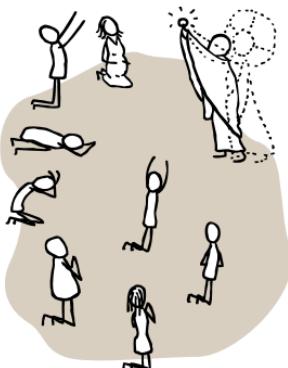
Ven a crecer en mí con tu gracia
tu luz y tu paz.

Ven a crecer en mí para la glorificación de tu Padre,
para la mayor gloria de Dios. Amén



En cada cristiano se vive, en cierta manera, vida de Cristo: primero, es niño, después madura hasta la edad de cristiano adulto. Su fe crece a medida que el cristiano crece, su amor se fortalece, y él se da cuenta cada vez más de su estado de cristiano, y de la gran responsabilidad que le incumbe si quiere profundizar su vida cristiana.

ROMANO GUARDINI



PIERRE OLIVAIN

+ El Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna.
Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

” Él, que murió por los pecados de todos, desea entrar en comunión con cada uno de vosotros, llama a la puerta de vuestro corazón para daros su gracia. Id a su encuentro en la santa Eucaristía, id a adorarlo en las iglesias y permaneced arrodillados ante el sagrario: Jesús os colmará de su amor y os manifestará los sentimientos de su Corazón.

BENEDICTO XVI

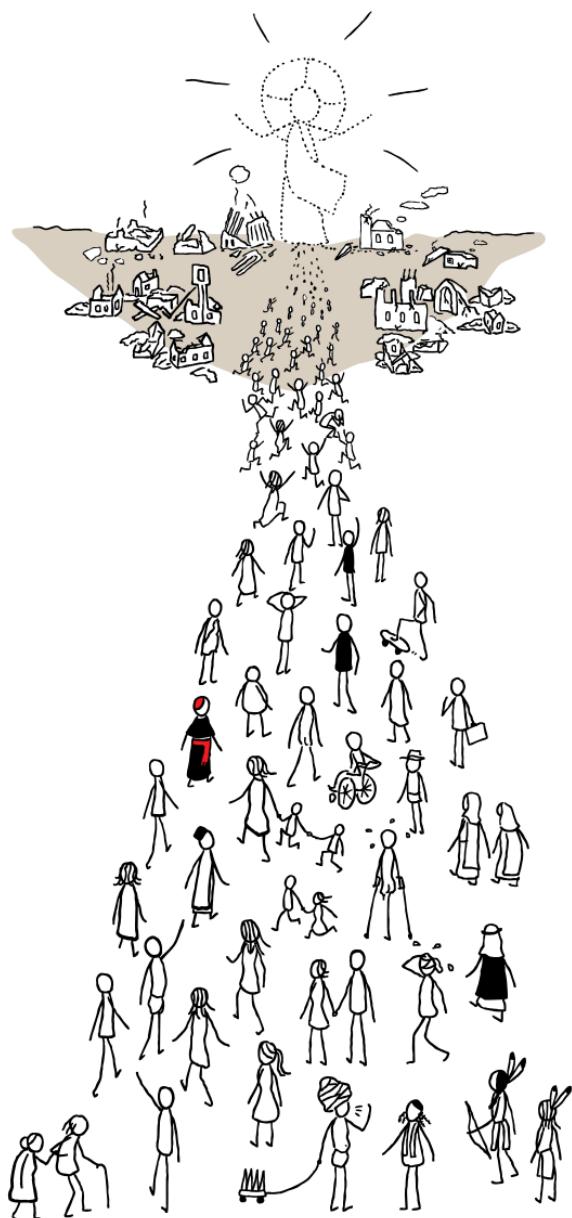
Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

Tú me recibes, cuando yo te recibo

Padre misericordioso,
tú nos has enviado a tu Hijo.
Él se dirige a nosotros a través
de la palabra de la Escritura.
Él se da a nosotros bajo las especies
del pan y del vino.
Eres tú, Dios mío, el que viene a mí.
Aquí me llevo, como enfermo al médico de la vida,
como sediento a la fuente de misericordia
como ciego a la luz de la claridad eterna,
como pobre y desvalido al Señor de los cielos y la tierra.

Dame, Señor, que no reciba yo superficialmente
el sacramento del cuerpo y de la sangre de Jesús, sino
que acoja
también, en lo más hondo de mí, todo su ser y su poder,
para que sea incorporado a su cuerpo misterioso.

¡Oh piadosísimo Padre!, otorgadme contemplar un día, cara a cara por la eternidad, a tu Hijo amado, al que aquí abajo sólo recibo de forma oculta.
Amén.



Palabra en la noche

¡Gustad y ved qué bueno es el Señor!
¡Dichoso el que se acoge a él!

SALMO 33,9 (hebreo 34,9)

“ La humildad consiste en ser precisamente la persona que eres realmente ante Dios y, como no hay dos personas iguales, si tienes la humildad de ser tú mismo no serás igual a ningún otro en todo el universo.

THOMAS MERTON

! Puedes continuar esta letanía con tus propias palabras.

Alabanzas al Señor

Tú eres santo, Señor,
Dios único, que haces maravillas.
Tú eres fuerte, tú eres grande, tú eres altísimo,
tú eres rey omnipotente,
tú, Padre santo, rey del cielo y de la tierra.

Tú eres trino y uno, Señor, Dios de los dioses,
tú eres el bien, todo el bien, el sumo bien,
Señor Dios vivo y verdadero.

Tú eres amor, caridad.

Tú eres sabiduría.

Tú eres humildad. Tú eres paciencia.

Tú eres belleza. Tú eres seguridad.

Tú eres paz.

Tú eres gozo y alegría.

Tú eres nuestra esperanza.

Tú eres justicia, tú eres templanza.

Tú eres toda nuestra riqueza a satisfacción.

...

Tú eres belleza.

Tú eres mansedumbre.

Tú eres protector.

Tú eres custodio y defensor nuestro.

Tú eres fortaleza, tú eres refrigerio.

Tú eres esperanza nuestra.

Tú eres fe nuestra.

Tú eres caridad nuestra.

Tú eres toda dulzura nuestra.

Tú eres vida eterna nuestra,

grande y admirable Señor,

Dios omnipotente,

misericordioso Salvador.

Amén.

SAN FRANCISCO DE ASÍS

El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, regazo de nupcias divinas.



DIOS SE ADENTRA EN EL SUFRIMIENTO: LA PASIÓN DE CRISTO



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

„ Para mí,
la oración es
un impulso del
corazón, una simple
mirada dirigida al
cielo, un grito de
agradecimiento
y de amor, tanto
en medio del
sufrimiento como en
medio de la alegría.
En una palabra, es
algo grande, algo
sobrenatural, que
me dilata el alma
y me une a Jesús.

SANTA TERESA
DE LISIEUX

Déjame caminar sin ver por tus caminos

Señor, déjame caminar sin ver por tus caminos.
No quiero saber por dónde me guías,
pues ¿acaso no soy hija tuya?

Tú eres el Padre de la sabiduría, y también mi padre.
Aunque me guíes a través de la noche,
el destino eres tú.

Señor, cúmplase en mí lo que tú quieras,
pues yo estoy dispuesta,
aunque nunca llegues a saciar me en esta vida.
Tú eres el Señor del tiempo.

Que todo se cumpla según los planes de tu sabiduría.
Y cuando me llames dulcemente al sacrificio,
ayúdame a cumplirlo.

SANTA TERESA BENEDICTA DE LA CRUZ (EDITH STEIN)

Se ha hecho semejante a los hombres

Tened entre vosotros los sentimientos propios de Cristo Jesús. El cual, siendo de condición divina, no retuvo ávidamente el ser igual a Dios; al contrario, se despojó de sí mismo tomando la condición de esclavo, hecho semejante a los hombres. Y así, reconocido como hombre por su presencia, se humilló a sí mismo, hecho obediente hasta la muerte, y una muerte de cruz. Por eso Dios lo exaltó sobre todo y le concedió el Nombre-sobre-todo-nombre; de modo que al nombre de Jesús toda rodilla se doble en el cielo, en la tierra, en el abismo, y toda lengua proclame: Jesucristo es Señor, para Gloria de Dios Padre.

CARTA DE SAN PABLO A LOS FILIPENSES 2,5-11

Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

Señor, ¿qué quieres que haga?

¿Adónde debo ir?

Llévame allí.

¿Quién es esta persona con la que me encuentro?

Muéstramela.

¿Qué debo decir o callar?

Dímelo.

¿Qué quieres hacer, Dios mío?

Haz que no sea un obstáculo a tus proyectos.

Amén.

Oración de un bombero muerto el 11 de septiembre de 2001 en el World Trade Center.

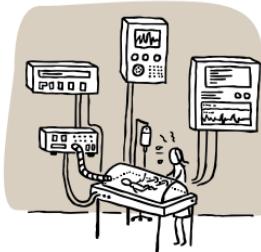
+ El Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal
y nos lleve a la vida eterna.

Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.



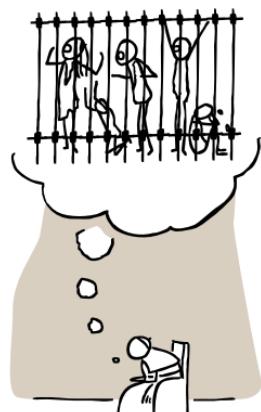
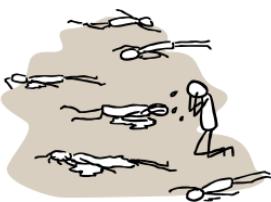
Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

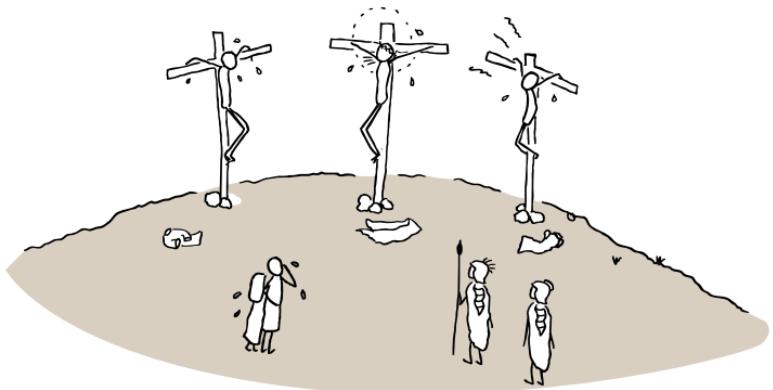
Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descansé en paz junto a ti. Amén.



Allí donde tú estás, Cristo habla de Pascua

¡Alabada seas tú, cruz de Cristo!
Allí donde te encuentren,
Cristo da testimonio de su misterio pascual:
del paso de la muerte a la vida.
Él da testimonio del amor,
de la fuerza interior de una vida nacida del amor,
que ha vencido a la muerte.
Alabada seas tú, Cruz de Cristo,
allí donde estés levantada,
en los campos de batalla,
en los campos de prisioneros,
al borde de los caminos.
Allí donde los hombres sufren,
y luchan contra la muerte,
allí donde trabajan,
estudian y dan prueba de creatividad.
En todo lugar,
en el corazón de cada hombre y de cada mujer,
de cada chico y de cada chica,
en el corazón de todos los hombres,
alabada seas tú, Cruz de Cristo. Amén.





¿Por qué me has abandonado?

Dios mío, Dios mío,
¿por qué me has abandonado?
A pesar de mis gritos,
mi oración no te alcanza.
Dios mío, de día te grito,
y no respondes,
de noche, y no me haces caso.

Porque tú eres el Santo
y habitas entre las alabanzas de Israel.
En ti confiaban nuestros padres,
confiaban, y los ponías a salvo;
a ti gritaban, y quedaban libres;
en ti confiaban, y no los defraudaste. [...]

No te quedes lejos,
que el peligro está cerca
y nadie me socorre. [...]

“ La oración de Cristo alcanza su culmen en la Cruz, expresándose en las últimas palabras que recogieron los evangelistas. Cuando parece lanzar un grito de desesperación: «Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado», en realidad Cristo hace suya la invocación del que, asediado por sus enemigos, sin escapatoria, sólo tiene a Dios para dirigirse... Jesús hace suyo ese grito de la humanidad que sufre por la aparente ausencia de Dios y lleva este grito al corazón del Padre. Al orar así en esta última soledad, junto con toda la humanidad, nos abre el corazón de Dios.

BENEDICTO XVI

Pero tú, Señor, no te quedes lejos,
fuerza mía, ven corriendo a ayudarme. [...]

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.
Amén.

SALMO 21 (hebreo 22)

No me mueve, mi Dios, para quererte

No me mueve, mi Dios, para quererte
el cielo que me tienes prometido,
ni me mueve el infierno tan temido
para dejar por eso de offenderte.

Tú me mueves, Señor, muéveme el verte
clavado en una cruz y escarnecido,
muéveme ver tu cuerpo tan herido,
muévenme tus afrentas y tu muerte.

Muéveme, en fin, tu amor, y en tal manera,
que aunque no hubiera cielo, yo te amara,
y aunque no hubiera infierno, te temiera.

No me tienes que dar porque te quiera,
pues aunque lo que espero no esperara,
lo mismo que te quiero te quisiera.

El Señor todopoderoso nos conceda
una noche tranquila y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, mesa repleta de dones divinos.





SEMANA
2
SÁBADO

PARA LA ETERNIDAD: LA ALIANZA DE DIOS



+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.



Y Dios añadió: «Ésta es la señal de la alianza que establezco con vosotros y con todo lo que vive con vosotros, para todas las generaciones: pondré mi arco en el cielo, como señal de mi alianza con la tierra».

GÉNESIS 9,12-13

Alabado seas tú cuando amanece el día

A la luz del día que amanece,
te alabamos Señor;
porque tú eres el Salvador de toda la creación.
Concédenos, por tu gran misericordia,
un día totalmente lleno de tu paz.

Perdona nuestras ofensas.
Mantén nuestra esperanza,
no te escondas delante de nosotros.
Acógenos en tu amor y tu ternura;
no te alejes de nosotros.
Sólo tú conoces nuestra debilidad.
¡Oh Dios!, no nos abandones. Amén.

De la Iglesia siria oriental

Benedictus

Bendito sea el Señor, Dios de Israel,
 porque ha visitado y redimido a su pueblo,
 suscitándonos una fuerza de salvación
 en la casa de David, su siervo,
 según lo había predicho desde antiguo
 por boca de sus santos profetas.
 Es la salvación que nos libra de nuestros enemigos
 y de la mano de todos los que nos odian;
 realizando la misericordia
 que tuvo con nuestros padres,
 recordando su santa alianza
 y el juramento que juró a nuestro padre Abrahán.
 Para concedernos que, libres de temor,
 arrancados de la mano de los enemigos,
 le sirvamos con santidad y justicia,
 en su presencia, todos nuestros días.
 Y a ti, niño, te llamarán profeta del Altísimo,
 porque irás delante del Señor
 a preparar sus caminos,
 anunciando a su pueblo la salvación,
 el perdón de sus pecados.
 Por la entrañable misericordia de nuestro Dios,
 nos visitará el sol que nace de lo alto,
 para iluminar a los que viven en tinieblas
 y en sombra de muerte,
 para guiar nuestros pasos
 por el camino de la paz.

LUCAS 1,68-77



! La Iglesia reza el *Benedictus* todas las mañanas en la oración de Laudes (que en latín significa «alabanza»). Es, en el evangelio de Lucas, un cántico profético del sacerdote Zacarías: Zacarías, el padre de Juan Bautista, no creyó al ángel que le anunciable que Isabel, su mujer, ya de edad, concebiría un hijo. Se quedó mudo durante nueve meses. Despues del nacimiento de su hijo, a quien puso el nombre, fue lleno del Espíritu Santo, y entonó un cántico: himno a la fidelidad y al poder salvífico de Dios en la historia, al divino Salvador que va a venir, «el sol de lo alto», y a su hijo, Juan, a quien llama «el profeta del Altísimo».



Silencio

Mi oración de petición para el día...

Padre nuestro que estás en el cielo...

Algunas veces, durante un instante

Algunas veces, durante un instante
me paro en medio del torbellino del día,
cierro mis ojos y mis oídos
y, durante un instante, soy feliz:
no estoy solo,
tú estás ahí, Dios mío. Amén.

La fórmula de bendición, llamada «de Aarón»

El Señor te bendiga y te proteja,
ilumine su rostro sobre ti y te conceda su favor.
El Señor te muestre su rostro y te conceda la paz.

LIBRO DE LOS NÚMEROS 6, 24-26

+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.





+ En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

Paso revista en silencio a este día que se acaba. Recuerdo lo que me ha ocurrido, las personas con las que me he encontrado, todo lo que he hecho y pensado, todo lo que he dicho.

Padre bueno, te doy gracias por este día, por todo lo bueno que me ha sucedido. Perdóname los pecados que he cometido contra ti, contra los demás o contra mí, y deja que mi corazón descance en paz junto a ti. Amén.

Dios Creador de todas las cosas

Dios Creador de todas las cosas,
rey de los cielos que revistes
el día de luz esplendorosa,
la noche de las gracias del sueño,
para que el descanso nos conforte,
y devuelva nuestros miembros al trabajo,
alivia nuestros corazones fatigados,
pon fin a nuestras penas angustiosas.
Nuestros corazones te alaban,
el canto de nuestro himno te da gracias
por este día ya terminado.
Y los que duermen sueñan contigo.
Rogamos a Cristo y al Padre
y al Espíritu de Cristo y del Padre,
único poder en todo.
Apoya al que te pide, Trinidad.

SAN AMBROSIO DE MILÁN

“

A medida que me fui concentrando más y más en mis oraciones, menos y menos tenía para decir, hasta que quedé completamente en silencio. Empecé a escuchar, lo cual es mucho más que no hablar. Al principio pensaba que orar implicaba hablar. Luego aprendí que orar es escuchar, no simplemente estar en silencio. Eso es lo que es: orar no significa escucharse hablar a uno mismo. Implica estar tranquilo, en silencio y esperar a escuchar a Dios.

SØREN KIERKEGAARD



Tu guardián no duerme

Levanto mis ojos a los montes:
¿de dónde me vendrá el auxilio?
El auxilio me viene del Señor,
que hizo el cielo y la tierra.
No permitirá que resbale tu pie,
tu guardián no duerme;
no duerme ni reposa
el guardián de Israel.
El Señor te guarda a su sombra,
está a tu derecha;
de día el sol no te hará daño,
ni la luna de noche.
El Señor te guarda de todo mal,
él guarda tu alma;
el Señor guarda tus entradas y salidas,
ahora y por siempre.
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.
Amén.

“ La verdadera prueba del hombre no es el gusto de la oración, sino la paciencia de la tribulación.

SAN PEDRO DE ALCÁNTARA

Oh Dios, que das muerte a nuestros pecados

Oh Dios, que das muerte a nuestros pecados con la muerte de Cristo, y, resucitando Cristo, confirmas nuestra justificación; acoge misericordiosamente los saludables sacrificios del pueblo; cumple prontamente el deseo que nos diste de todos los bienes.

Sea este sábado luz para nuestro gozo, con el fin de merecer todos, junto con los niños renacidos, el ser vivificados por los sacramentos pascuales.

Que brille en el pan, te rogamos, lo que pendió de la cruz, y en el cáliz lo que manó del costado.
Amén.

ORACIÓN HISPANO-MOZÁRABE

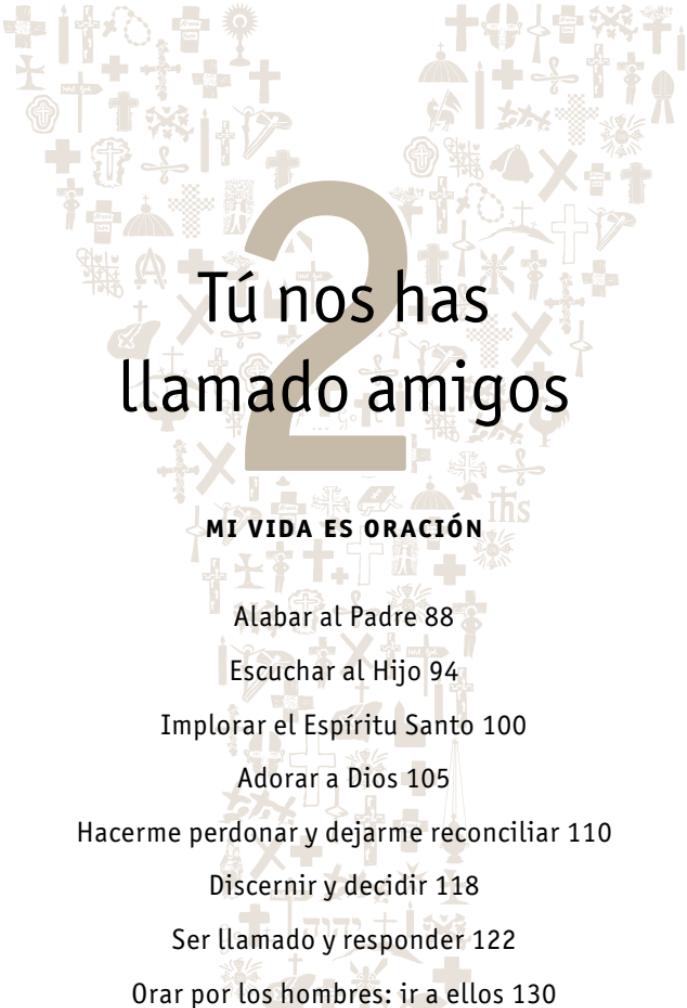
El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila y una muerte santa. Amén.

Dios te salve, María, copa que vierte alegría.



A photograph of two wicker chairs with curved backs and legs, positioned on a stone-paved terrace. The chair on the left has a cushion with a green and yellow checkered pattern. The chair on the right has a solid red cushion. In the background, there is a stone wall, a grey pillar, and a dark green door. The text "SEGUNDA PARTE" is overlaid in the upper right corner.

SEGUNDA PARTE



Tú nos has llamado amigos

MI VIDA ES ORACIÓN

Alabar al Padre	88
Escuchar al Hijo	94
Implorar el Espíritu Santo	100
Adorar a Dios	105
Hacerme perdonar y dejarme reconciliar	110
Discernir y decidir	118
Ser llamado y responder	122
Orar por los hombres; ir a ellos	130
Respetar el cuerpo y la vida: nos han sido confiados	138
Clamar en la angustia	146
Ser mortal e inmortal	152
Orar con la Madre de Jesús	158

Alabar al Padre

Padrenuestro

Padre nuestro, que estás en el cielo,
santificado sea tu Nombre;
venga a nosotros tu reino;
hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo.
Danos hoy nuestro pan de cada día;
perdona nuestras ofensas
como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden;
no nos dejes caer en la tentación,
y líbranos del mal.
Porque tuyo es el reino, tuyo el poder y la gloria.
Por los siglos de los siglos. Amén.

Según MATEO 6, 9-13



Una vez que estaba Jesús orando en cierto lugar, cuando terminó, uno de sus discípulos le dijo: «Señor, enséñanos a orar, como Juan enseñó a sus discípulos». Él les dijo: «Cuando oréis, decid: Padre, santificado sea tu nombre...».

LUCAS 11,1-2

Credo – Creo

Creo en un solo Dios, Padre todopoderoso,
Creador del cielo y de la tierra,
de todo lo visible y lo invisible.
Creo en un solo Señor, Jesucristo,
Hijo único de Dios,
nacido del Padre antes de todos los siglos:
Dios de Dios, luz de luz,
Dios verdadero de Dios verdadero,
engendrado, no creado,
de la misma naturaleza del Padre,
por quien todo fue hecho;
que por nosotros, los hombres,
y por nuestra salvación, bajó del cielo,
y por obra del Espíritu Santo
se encarnó de María, la Virgen,
y se hizo hombre; y por nuestra causa fue crucificado

en tiempos de Poncio Pilato;
padeció y fue sepultado, y resucitó al tercer día,
según las Escrituras, y subió al cielo,
y está sentado a la derecha del Padre;
y de nuevo vendrá con gloria para juzgar a vivos y muertos,
y su reino no tendrá fin.

Creo en el Espíritu Santo, Señor y dador de vida,
que procede del Padre y del Hijo,
que con el Padre y el Hijo
recibe una misma adoración y gloria,
y que habló por los profetas.

Creo en la Iglesia, que es una, santa, católica y apostólica.
Confieso que hay un solo bautismo para el perdón de los pecados.
Espero la resurrección de los muertos
y la vida del mundo futuro. Amén.

Profesión de fe, símbolo de Nicea-Constantinopla

” ¿Qué ocurre con las formulaciones tradicionales de las oraciones? ¿Están siempre en vigor? Dan testimonio de las relaciones seculares con Dios. Son el lazo de unión entre los innumerables orantes que, gracias a Dios, se comprenden y viven de él. Son la memoria de una serie infinita de disposiciones y de gracias divinas en la historia del pueblo de Dios; nos permiten no olvidar la alianza que Dios ha concluido con la humanidad, y sin la cual no seríamos hijos de Dios.

HEINRICH SPAEMANN

Gloria in excelsis Deo – Gloria a Dios

Gloria a Dios en el cielo,
y en la tierra paz a los hombres que ama el Señor.
Por tu inmensa gloria te alabamos,
te bendecimos, te adoramos, te glorificamos, te damos gracias,
Señor Dios, Rey celestial, Dios Padre todopoderoso
Señor, Hijo único, Jesucristo; Señor Dios, Cordero de Dios, Hijo del Padre;
tú que quitas el pecado del mundo, ten piedad de nosotros;
tú que quitas el pecado del mundo, atiende nuestra súplica;
tú que estás sentado a la derecha del Padre, ten piedad de nosotros;
porque sólo tú eres Santo,
sólo tú Señor, sólo tú Altísimo, Jesucristo,
con el Espíritu Santo
en la gloria de Dios Padre.
Amén.

Liturgia de la Iglesia

Sanctus – Santo

Santo, Santo, Santo es el Señor,
Dios del Universo.
Llenos están el cielo y la tierra de tu gloria.
Hosanna en el cielo.
Bendito el que viene en nombre del Señor.
Hosanna en el cielo.

Liturgia de la Iglesia, según ISAÍAS 3,6 y SALMO 117,26 (hebreo 118, 26); Ap 4,8

Te Deum laudamus – A ti, Dios, nuestra alabanza

A ti, oh Dios, te alabamos, a ti, Señor, te reconocemos.
A ti, eterno Padre, te venera toda la creación.
Los ángeles todos, los cielos y todas las potestades te honran.
Los querubines y serafines te cantan sin cesar:
Santo, Santo, Santo es el Señor, Dios del universo.
Los cielos y la tierra están llenos de la majestad de tu gloria.
A ti te ensalza el glorioso coro de los apóstoles,
la multitud admirable de los profetas, el blanco ejército de los mártires.
A ti la Iglesia santa, extendida por toda la tierra, te proclama:
Padre de inmensa majestad, Hijo único y verdadero,
digno de adoración, Espíritu Santo, Defensor.
Tú eres el Rey de la gloria, Cristo.
Tú eres el Hijo único del Padre.
Tú, para liberar al hombre,
aceptaste la condición humana sin desdeñar el seno de la Virgen.
Tú, rotas las cadenas de la muerte,
abriste a los creyentes el reino del cielo.
Tú te sientas a la derecha de Dios en la gloria del Padre.
Creemos que un día has de venir como juez.
Te rogamos, pues, que vengas en ayuda de tus siervos,
a quienes redimiste con tu preciosa sangre.
Haz que en la gloria eterna nos asociemos a tus santos.



* ¡A ti, oh Dios, te alabamos! – ** ¡A ti, Señor te reconocemos!

Salva a tu pueblo, Señor, y bendice tu heredad.
Sé su pastor y ensálzalo eternamente.
Día tras día te bendecimos y alabamos tu nombre para siempre,
por eternidad de eternidades.
Dígnate, Señor, en este día guardarnos del pecado.
Ten piedad de nosotros, Señor, ten piedad de nosotros.
Que tu misericordia, Señor, venga sobre nosotros,
como lo esperamos de ti.
En ti, Señor, confié, no me veré defraudado para siempre.



El *Te Deum* es considerado como el himno de alabanza de san Ambrosio, proclamado solemnemente en el año 387 durante la vigilia pascual. Mientras era bautizado por el santo obispo Ambrosio de Milán, san Agustín, bajo la acción del Espíritu Santo, se puso a cantar, y Ambrosio le respondió con este himno.

Magnificat

Proclama mi alma la grandeza del Señor,
se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador;
porque ha mirado la humildad de su esclava.
Desde ahora me felicitarán todas las generaciones,
porque el Poderoso ha hecho obras grandes por mí:
su nombre es santo,
y su misericordia llega a sus fieles de generación en generación.
Él hace proezas con su brazo: dispersa a los soberbios de corazón,
derriba del trono a los poderosos y enaltece a los humildes,
a los hambrientos los colma de bienes y a los ricos los despidе vacíos.
Auxilia a Israel, su siervo, acordándose de la misericordia,
como lo había prometido a nuestros padres,
en favor de Abrahán y su descendencia por siempre.
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos.
Amén.

LUCAS 1,46-55

Oración ante el altar

Señor, recibe nuestra propia vida
como sacrificio agradable ante tí
para que, renovados por tu gracia
te glorifiquemos con nuestras alabanzas.



Tu sabiduría es insondable

¡Qué abismo de riqueza,
de sabiduría y de conocimiento el de Dios!
¡Qué insondables sus decisiones
y qué irrastreables sus caminos!
En efecto,
¿quién conoció la mente del Señor?
O ¿quién fue su consejero?
O ¿quién le ha dado primero
para tener derecho a la recompensa?
Porque de él, por él y para él existe todo.
A él la gloria por los siglos.
Amén.

CARTA DE SAN PABLO A LOS ROMANOS 11,33-36

Cristo ayer y hoy

Cristo ayer y hoy,
principio y fin,
alfa y omega.
Suyo es el tiempo y la eternidad.
A él la gloria y el poder
por los siglos de los siglos. Amén.

MISAL ROMANO

Los ojos de todos te están aguardando

[...] El Señor es clemente y misericordioso,
lento a la cólera y rico en piedad;
el Señor es bueno con todos,
es cariñoso con todas sus criaturas. [...]

El Señor sostiene a los que van a caer,
endereza a los que ya se doblan.

Los ojos de todos te están aguardando,
tú les das la comida a su tiempo;
abres tú la mano,
y sacias de favores a todo viviente. [...]

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.

Amén.

SALMO 144 (hebreo 145)

Oración de la tarde

Yo sé que tú eres mi Padre,
en cuyos brazos me refugio.
No te pregunto cómo me guías,
quiero seguirte libre de toda preocupación.

Y si, delegando en mí tu poder,
me hicieses decidir a mí mismo sobre mi existencia,
la pondría entre tus manos, simplemente,
como hijo tuyo, con toda confianza.

Amén.

Oración por la Iglesia

Señor, concédeme penetrar el abismo de tu bondad
y presentar mi oración con tal fervor por tu pueblo santo,
que se vea colmado de sus dones.

ORACIÓN HISPANO-GÓTICA



Escuchar al Hijo

Oveja perdida, ven

Oveja perdida, ven
sobre mis hombros, que hoy
no sólo tu pastor soy,
sino tu pasto también.

Por descubrirte mejor,
cuando balabas perdida,
dejé en un árbol la vida,
donde me subió tu amor;
si prenda quieres, mayor,
mis obras hoy te la den.

Oveja perdida, ven
sobre mis hombros, que hoy
no sólo tu pastor soy,
sino tu pasto también.

Pasto, al fin, hoy tuyo hecho,
¿cuál dará mayor asombro,
o el traerte yo en el hombro
o el traerme tú en el pecho?
Prendas son de amor estrecho,
que aun los más ciegos las ven.

Oveja perdida, ven
sobre mis hombros, que hoy
no sólo tu pastor soy,
sino tu pasto también.

LUIS DE GÓNGORA



Tú eres el Mesías, el Hijo del Dios vivo.

Respuesta de Pedro a Jesús en MATEO 16,16



¿Qué tengo yo, que mi amistad procura?

¿Qué tengo yo, que mi amistad procura?
¿Qué interés se te sigue, Jesús mío,
que a mi puerta, cubierto de rocío,
pasas las noches del invierno oscuras?
¡Oh, cuánto fueron mis entrañas duras,
pues no te abrí! ¡Qué extraño desvarío,
si de mi ingratitud el hielo frío
secó las llagas de tus plantas puras!
¡Cuántas veces el ángel me decía:
«Alma, asójate ahora a la ventana,
verás con cuánto amor llamar porfía»!
¡Y cuántas, hermosura soberana,
«Mañana le abriremos», respondía,
para lo mismo responder mañana!

LOPE DE VEGA

Jesús, tú que estás en mi corazón

Jesús, tú que estás en mi corazón,
creo en tu amor por mí,
y te amo. Amén.

BEATA MADRE TERESA DE CALCUTA

Sé mi Maestro, Señor

Ven. Señor, a instruirme,
necesito que cada día me instruyas.
Dame esta pureza de conciencia
que es la única que puede recibir e interpretar tus inspiraciones.

Mis oídos no oyen y no pueden escuchar tu voz.
Mis ojos cerrados no pueden discernir los signos de tu presencia:
sólo tú puedes destapar mis oídos,
abrir mis ojos, purificar y renovar mi corazón.

Enséñame a sentarme a tus pies, como María,
y a escuchar tu Palabra. Amén.

BEATO JOHN HENRY NEWMAN

¡Jesús misericordioso, confío en ti!

¡Jesús misericordioso, confío en ti!
Tu bondad es infinita, y no tengo miedo de nada.

Confío sin límites en tu misericordia.
Tú me acompañas en las dificultades,
y en las duras pruebas de la vida,
en la felicidad y en la desgracia,
en mi vida y en mi muerte, y en la eternidad.
Nada me asusta,
cuando te tengo en mi corazón.

Jesús abre mi alma a la esperanza.
Inclínate hacia mis pecados y mis miserias,
perdona mis faltas
y purifica mi corazón.
Me consagro a ti,
con el fin de vivir y de tender a la perfección
y de glorificarte aquí abajo y en la eternidad.

Jesús misericordioso, tú eres mi fuerza y el dulce reposo de mi alma,
tú sabes bien quién soy, temo todo de mi debilidad,
pero al mismo tiempo,
espero obtener todo de tu inagotable misericordia.
Transfórmame en ti, porque tú puedes todo.
Santifica mis acciones, para que merezcan la eternidad.
Aunque sea grande mi debilidad,
tengo confianza en el poder de tu gracia que me sostendrá.

Pongo mi confianza en ti, ahora y por siempre
y sobre todo en la hora de mi muerte.

Amén.

SANTA FAUSTINA KOWALSKA



Muchos se equivocan al creer que se necesitan muchas cosas, muchos métodos para una buena oración. No digo que no haya que recurrir a ciertos métodos. Pero no hay que esperar todo de ellos.

Una sola cosa es necesaria para una buena oración: echarse en los brazos del Señor. Cuando se llega a ello, está bien, sea cual sea nuestra manera de llegar a ello.

SAN FRANCISCO DE SALES

¡Oh santa Cruz de la esperanza!

¡Oh Cruz santa!,
mi Señor está en tu madero
en los dolores de su pasión.

Veo sus manos, sus pies,
su costado, traspasados
por los clavos y la espada.

Tú eres la victoria brillante
tú has triunfado para siempre,
sobre el enemigo.

Tú eres el bastón del peregrino,
que se apoya en ti con confianza,
y nunca tropieza ni cae.



Quién podrá alabarte lo suficiente,
a ti que has traído la salvación del mundo
y el consuelo para todos nosotros.

Tú eres la escalera puesta para el hombre,
para que la suba y encuentre la vida,
la vida eterna que Dios le da.

Tú eres el puente echado sobre la ola,
para que todos salten
las aguas profundas del río.

Tú eres la llave del paraíso,
que nos abre la puerta de la vida
que Dios, por ti, nos da.

Muestra tu fuerza y tu poder,
guárdanos todos juntos
firmes en la esperanza.

Y que en el día en que Dios
ha elegido,
todos sus hijos reunidos
en la paz estén con él.
Amén.

En Constanza, hacia 1600

“ Tu Cruz adoramos, Señor,
y tu santa Resurrección alabamos
y glorificamos, por el madero
ha venido la alegría al mundo
entero.

Liturgia del Viernes Santo

Loas a la Cruz

Cruz, descanso sabroso de mi vida,
Vos seáis la bienvenida.

Oh bandera, en cuyo amparo
El más flaco será fuerte;
Oh, vida de nuestra muerte,
Qué bien la has resucitado;
Al león has amansado,
Pues por ti perdió la vida.
Vos seáis la bienvenida.

Quien no os ama está cautivo
Y ajeno de libertad;
Quien a vos quiere allegar
No tendrá en nada desvío.
Oh dichoso poderío
Donde el mal no halla cabida,
Vos seáis la bienvenida.

Vos fuisteis la libertad
De nuestro gran cautiverio;
Por vos se reparó mi mal
Con tan costoso remedio,
Para con Dios fuiste medio
De alegría conseguida.
Vos seáis la bienvenida.

SANTA TERESA DE JESÚS



Implorar el Espíritu Santo

Ven, Espíritu Santo

Ven, Espíritu Santo,
y desde el cielo envía
un rayo de tu luz.

Ven, padre de los pobres,
ven, dador de las gracias,
ven, luz de los corazones.

Consolador óptimo,
dulce huésped del alma,
dulce refrigerio.

Descanso en el trabajo,
en el ardor tranquilidad,
consuelo en el llanto.

¡Oh luz santísima!,
llena lo más íntimo
de los corazones de tus fieles.

Sin tu ayuda
nada hay en el hombre,
nada que sea inocente.



Pues no habéis recibido un espíritu de esclavitud para recaer en el temor, sino que habéis recibido un Espíritu de hijos de adopción, en el que clamamos: «;Abba, Padre!».

CARTA DE SAN PABLO A LOS ROMANOS 8,15



Del mismo modo, el Espíritu acude en ayuda de nuestra debilidad, pues nosotros no sabemos pedir como conviene; pero el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos inefables.

CARTA DE SAN PABLO A LOS ROMANOS 8,26



Lava lo que está manchado
riegue lo que es árido,
cura lo que está enfermo.

Doblega lo que es rígido,
calienta lo que es frío,
dirige lo que está extraviado.

Concede a tus fieles
que en ti confían
tus siete sagrados dones.

Dales el mérito de la virtud,
dales el puerto de la salvación
dales el eterno gozo.

Amén. Aleluya.

STEPHEN LANGTON



“

La oración es
don del Espíritu que
nos hace hombres y
mujeres de esperanza,
y rezar mantiene el
mundo abierto a Dios.

BENEDICTO XVI

Espíritu Santo, respira en mí

Respira en mí, ¡oh Espíritu Santo!,
para que mis pensamientos puedan ser todos
santos.

Actúa en mí, ¡oh Espíritu Santo!,
para que mi trabajo también pueda ser santo.
Sedúceme, ¡oh Espíritu Santo!,

para que sólo ame lo que es santo.

Fortaléçeme, ¡oh Espíritu Santo!,
para que defienda todo lo que es santo.
Guárdame pues, ¡oh Espíritu Santo!,

para que yo siempre pueda ser santo.
Amén.

SAN AGUSTÍN

Veni Creator – Ven, Espíritu Creador

Ven Espíritu creador; visita las almas de tus fieles. Llena de la divina gracia los corazones que Tú mismo has creado.



Tú eres nuestro consuelo, don de Dios altísimo, fuente viva, fuego, caridad y espiritual unción.

Tú derramas sobre nosotros los siete dones; Tú el dedo de la mano de Dios, Tú el prometido del Padre, pones en nuestros labios los tesoros de tu palabra.

Enciende con tu luz nuestros sentidos, infunde tu amor en nuestros corazones y con tu perpetuo auxilio, fortalece nuestra frágil carne.

Aleja de nosotros al enemigo, danos pronto tu paz, siendo Tú mismo nuestro guía evitaremos todo lo que es nocivo.

Por Ti conocamos al Padre y también al Hijo y que en Ti, que eres el Espíritu de ambos, creamos en todo tiempo.

Gloria a Dios Padre y al Hijo que resucitó de entre los muertos, y al Espíritu Consolador, por los siglos infinitos. Amén.

RÁBANO MAURO



“

La fuerza de la petición es el otro que está presente, no tú. Ésta es la diferencia entre toda la grandeza de ánimo del hombre –tanto epicúreo como estoico, según las varias versiones– y el cristiano. Para el hombre normal es importante lo que es capaz de hacer, lo que es capaz de superar él (estoico o epicúreo). Y para el cristiano... es como un niño: todo él en tensión hacia la presencia de su madre, de su padre, del otro. Es la fuerza de Dios.

LUIGI GIUSSANI

 Lo que distingue la oración de los cristianos de la de los demás, es que Dios viene a nosotros los hombres, sin dejar el cielo, y que Dios mismo quiere llevarnos hasta él. Orar es entrar en la relación que existe ya en Dios. Orar es tomar parte en el diálogo eterno entre el Padre y el Hijo en el Espíritu Santo.

Vida de toda creación, tú vivificas todo lo que existe

¡Oh, camino firmísimo!, que atravesáis todos los lugares,
las alturas, los lugares llanos y todos los abismos,
vos todo lo componéis y reunís.

Para vos las nubes corren, el aire vuela,
las piedras tienen humedad,
los riachuelos brotan de las fuentes,
y la tierra rezuma verdor.

Vos siempre habéis guiado a los doctos,
alegrados por la inspiración de la sabiduría.

SANTA HILDEGARDA DE BINGEN

Tú eres el alma de mi alma

¡Oh, Espíritu Santo, alma de mi alma!
Yo te adoro. Ilumíname, guíame, consuélate, fortaléceme,
dime qué debo hacer, dame tus órdenes.

Te prometo someterme a todo lo que quieras de mí
y aceptar todo lo que permitas que me suceda;
solamente te pido conocer tu voluntad.

Amén.

CARDENAL DESIRÉ MERCIER

Santo Dios

Santo Dios
Santo fuerte,
Santo inmortal:
ten piedad de nosotros.

TRISAGIO

Invocaciones no habituales del Espíritu Santo

Espíritu Santo, fuente de la Verdad

Tú, aliento de Dios, dador de vida.

Sorpréndeme	en mi vida diaria
Sígueme	hasta en mis proyectos
Transfórmame	en mi saber
Cólcame	de todos tus dones
Méteme en el agua	para que sea purificado
Estimula mi talento	para que trabaje
Actúa en mí	para que mi yo desaparezca
Alumbra en mí tu carisma	para que dé testimonio de ti
Búscame	para que me salve
Recógeme	cuando estoy errante
Sacúdeme	cuando soy negligente
Dame alas	cuando creo
Ven a mi encuentro	cuando te busco
Acompáñame	cuando estoy en mis pensamientos
Ayúdame a comprender	cuando no comprendo
Hazme sobresaltar	cuando me adormezco
Entra en mí	cuando estoy cerrado
Purifícame	cuando soy tentado
Inflámame	cuando estoy helado
Sumérgeme	cuando soy orgulloso
Invádeme	cuando estoy vacío
Dame tu alegría	cuando estoy triste
Abrázame	cuando estoy solo
Reza en mí	cuando no tengo palabras
Consuélame	cuando estoy abandonado
Cúrame	cuando estoy enfermo
Sujétame	cuando caigo
Abrígame	cuando no tengo abrigo
Tómame	cuando ardo de deseo
Alégrate en mí	cuando te amo

Novena por los sacerdotes y los ministros de la Iglesia (diócesis de Friburgo)



Adorar a Dios

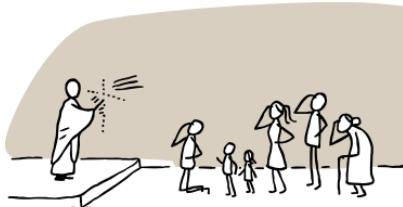
Rezar la señal de la cruz

En el nombre del Padre,
que nos ha creado,
y que nos ama,
y que nos guarda por la eternidad,
y del Hijo,
en quien Dios se entrega
para salvar mi vida y mi cuerpo,
al mundo y su sufrimiento, hasta los infiernos,
y del Espíritu Santo,
en la unidad del Padre y del Hijo, que nos consuela
y nos guía,
que nos une los unos a los otros y con él,
en el poder de su resurrección.

Ilumina mi espíritu,
mis pensamientos,
mi inteligencia y mi razón,
y alumbra mi mirada,
llena mi cuerpo
con tu santa presencia,
despierta en mí las fuerzas de tu creación,
y del Espíritu Santo, del que es la morada,
guía mis manos
para que sean libres
por la mano de Dios que tú le tiendes,
y para la obra que tú me confías.

Para que todo lo que soy, y todo lo que tengo,
todo lo que hago, y todo lo que deseo,
sea ofrecido por ti, y en tu nombre,
para gloria tuya, y salvación de los hombres.
Amén.

GEORG LENGERKE



La señal de la cruz designa a la vez la Cruz y a nuestro cuerpo que Dios ha asumido completamente en Jesús. El movimiento de arriba abajo simboliza el descenso de Dios en su Hijo hacia nosotros los hombres, y el de derecha a izquierda, la acción del Espíritu Santo en el mundo, que une, inspira, consuela y llama a la memoria. Finalmente, es una petición de bendición y de luz divina para nuestro espíritu, nuestro corazón y nuestras manos, por lo que hacemos, sentimos y realizamos.

De rodillas, Señor, ante el sagrario

De rodillas, Señor, ante el sagrario,
que guarda cuanto queda de amor y de unidad.
Venimos con las flores de un deseo,
para que nos las cambies en frutos de verdad.
Cristo en todas las almas, y en el mundo la paz.
Cristo en todas las almas, y en el mundo la paz.

Como ciervos sedientos que van hacia la fuente,
vamos hacia tu encuentro, sabiendo que vendrás;
porque el que la busca es porque ya en la frente
lleva un beso de paz, lleva un beso de paz.

Como estás, mi Señor, en la custodia
igual que la palmera que alegra el arenal,
queremos que en el centro de la vida
reine sobre las cosas tu ardiente caridad.
Cristo en todas las almas, y en el mundo la paz.
Cristo en todas las almas, y en el mundo la paz. Amén.

JOSÉ MARÍA PEMÁN

El Espíritu Santo

El Espíritu Santo
y el Hijo ampárennos
y al Padre pídase
el pan por viático.
Manjar angélico
hoy, Señor, dánoslo,
pan de quien símbolo
fueron los ácimos,
emblema físico
y enigma cándido.
¡Oh pan de ángeles,
tu gracia sálvenos!
A los que débiles
por estos ásperos
valles de lágrimas
peregrináremos
¡oh pan de ángeles,
tu gracia sálvenos!

PEDRO CALDERÓN DE LA BARCA

Yo me abandono a ti

Padre mío,
me abandono a ti.
Haz de mí lo que quieras.
Lo que hagas de mí te lo agradezco,
estoy dispuesto a todo,
lo acepto todo,
con tal que tu voluntad se haga en mí
y en todas tus criaturas.
No deseo nada más, Dios mío.
Pongo mi vida en tus manos.
Te la doy, Dios mío,
con todo el amor de mi corazón,
porque te amo,
y porque para mí amarte es darme,
entregarle en tus manos sin medida,
con infinita confianza,
porque tú eres mi Padre.

CHARLES DE FOUCAUD

“ La gracia, es Dios que se comunica al hombre, y el hombre que se olvida.

GEORGE BERNANOS

Que seamos lo que tú nos das

Señor, tú eres el pan de vida.
Tú te das a nosotros.
Y en este pedazo de pan, recibimos lo que somos:
el Cuerpo de Cristo,
para que seamos lo que recibimos:
el Cuerpo de Cristo.

SAN AGUSTÍN



Vosotros sois
el cuerpo de
Cristo, y cada uno es un
miembro.

1^a CARTA DE SAN PABLO A
LOS CORINTIOS 12,27

“ Contemplad a Cristo en el sagrario. Volved vuestros ojos hacia él, que es la luz; poned vuestro corazón junto a su divino corazón; pedidle la gracia de proclamarle, el amor de amarle, el valor de servirle. Buscadlo con un deseo ardiente. Cada instante de oración –en particular delante del Señor en el sagrario– es una ganancia segura.

BEATA MADRE TERESA DE CALCUTA

Yo te adoro, desde el fondo de mi corazón, Dios escondido

Te adoro con devoción, Dios escondido,
oculto verdaderamente bajo estas apariencias.
A ti se somete mi corazón por completo,
y se rinde totalmente al contemplarte.

Al juzgar de ti, se equivocan la vista, el tacto, el gusto;
pero basta el oído para creer con firmeza;
creo todo lo que ha dicho el Hijo de Dios:
nada es más verdadero que esta Palabra de verdad.

En la cruz se escondía sólo la divinidad,
pero aquí se esconde también la humanidad;
sin embargo, creo y confieso ambas cosas,
y pido lo que pidió aquel ladrón arrepentido:
acuérdate de mí cuando llegues a tu reino.

No veo las llagas como las vio Tomás
pero confieso que eres mi Dios:
haz que yo crea más y más en ti,
que en ti espere y que te ame.

¡Memorial de la muerte del Señor!
Pan vivo que das vida al hombre:
concede a mi alma que de ti viva
y que siempre saboree tu dulzura.

Señor Jesús, pelícano bueno,
límpiate a mí, inmundo, con tu sangre,
de la que una sola gota puede liberar
de todos los crímenes al mundo entero.

Jesús, a quien ahora veo oculto en el sacramento,
te ruego que se cumpla lo que tanto ansío:
que al mirar tu rostro cara a cara,
sea yo feliz viendo tu gloria.

SANTO TOMÁS DE AQUINO



JUAN 20, 19-29

! En la mitología el
pelícano se abre
las entrañas para dar de
comer a sus pequeños
hambrientos y hacerlos
revivir. Se hizo de él un
símbolo de la muerte de
Cristo y de la eucaristía.
Así es representado en
el arte sacro.

Yo sé que estás conmigo

Yo sé que estás conmigo, porque todas las cosas se me han vuelto claridad: porque tengo la sed y el agua juntas en el jardín de mi sereno afán.

Yo sé que estás conmigo, porque he visto en las cosas tu sombra, que es la paz; y se me han aclarado las razones de los hechos humildes, y el andar por el camino blanco, se me ha hecho un ejercicio de felicidad.

No he sido arrebatado sobre nubes ni he sentido tu voz, ni me he salido del prado verde donde suelo andar... ¡otra vez, como ayer, te he conocido por la manera de partir el pan!

JOSÉ MARÍA PEMÁN

Amarte toda mi vida

Te amo, mi Dios,
y mi solo deseo es amarte hasta el último respiro
de mi vida.

Te amo, oh Dios infinitamente amable,
y prefiero morir amándote
antes que vivir un solo instante
sin amarte.

Te amo, Señor,
y la única gracia que te pido
es aquella de amarte eternamente.

Dios mío,
si mi lengua no pudiera decir que te amo en cada instante,
quiero que mi corazón te lo repita
tantas veces cuantas respiro. Amén.

SAN JUAN MARÍA VIANNEY, CURA DE ARS



El aprovechamiento del alma no está en pensar mucho, sino en amar mucho; y adquirimos este amor cuando nos decidimos a hacer mucho por él.

SANTA TERESA DE JESÚS



” El alma virtuosa encuentra por todas partes el lugar de la oración, porque lo lleva siempre en ella.

SANTA CATALINA DE SIENA



Hacerme perdonar y dejarme reconciliar

Confiteor – Yo confieso

Yo confieso ante Dios todopoderoso,
ante ti, el único que conoce mi corazón
y mi historia,
ante ti, el único que puede perdonar los pecados,
ante ti, el único que puede cargar con mis faltas
y reparar lo que he roto.

Y ante vosotros, hermanos,
a quienes he ofendido,
y a los que me han ofendido,
que son pecadores como yo,
y que te suplican conmigo.

Que he pecado mucho de pensamiento, palabra, obra y omisión.
el bien que tú querías concederme y yo he rechazado,
y el mal al que me he dejado llevar
porque me seducía fuertemente.

Por mi culpa,
y no busco excusas.

Por mi culpa
en la que estoy,

Por mi gran culpa
que me separa de ti, y de mí mismo.

Por eso ruego a santa María, siempre Virgen,
a los ángeles, a los santos
y a toda la Iglesia llegada al cielo, que ora por nosotros

Y a vosotros, hermanos,
a los que ya no quiero engañar más tiempo,
que sabéis ahora todo sobre mí, y a quienes pido perdón,
y con quienes estoy delante de Dios.

Que intercedáis por mí ante Dios, nuestro Señor,
para que tú, Dios mío, me hagas conocer tu mirada
sobre mi vida y la de mis hermanos y hermanas,
que me eche en tus brazos con todo lo que he hecho,
y que me perdone
todo el mal que te he hecho, a ti, a los hombres y a mi alma.

Amén.

Pastor que con tus silbos amorosos

Pastor que con tus silbos amorosos
 me despertaste del profundo sueño,
 Tú que hiciste cayado de ese leño,
 en que tiendes los brazos poderosos,
 vuelve los ojos a mi fe piadosos,
 pues te confieso por mi amor y dueño,
 y la palabra de seguirte empeño,
 tus dulces silbos y tus pies hermosos.
 Oye, pastor, pues por amores mueres,
 no te espante el rigor de mis pecados,
 pues tan amigo de rendidos eres.
 Espera, pues, y escucha mis cuidados,
 pero ¿cómo te digo que me esperes,
 si estás para esperar los pies clavados?

LOPE DE VEGA



Mira, estoy de pie a la puerta y llamo.

APOCALIPSIS 3,20

! En la misa, cuando se recita el Yo confieso, golpeando tres veces el pecho, es como si se llamase a la puerta de Dios. ¡Es justamente el momento en que tengo la impresión de que todo está desordenado dentro de mí! ¡Y éste es exactamente el momento que él elige también para llamar a mi puerta y para entrar en mí! El tiempo corre, no tengo tiempo de arreglarme, de poner todo en orden. Lo dejo entrar, en todo lo que hay en mí y es mío. Él entra, y allí donde le dejo ir, todo se convierte en bien.

¿Qué Dios hay como tú?

¿Qué Dios hay como tú, capaz de perdonar el pecado,
 de pasar por alto la falta del resto de tu heredad?

No conserva para siempre su cólera,
 pues le gusta la misericordia.

Volverá a compadecerse de nosotros, destrozará nuestras culpas,
 arrojará nuestros pecados a lo hondo del mar.

Concederás a Jacob tu fidelidad y a Abrahán tu bondad
 como antaño prometiste a nuestros padres.

MIQUEAS 7, 18-20



Hemos salvado la vida, como un pájaro de la trampa del cazador: la trampa se rompió,
 y escapamos. Nuestro auxilio es el nombre del Señor, que hizo el cielo y la tierra.

SALMO 123,7-8 (hebreo 124,7-8)

Liberado de los ídolos

Bendito seas, Dios mío,
porque me libraste de los ídolos,
y porque haces que sólo te adore a ti,
y no a los dioses inventados,
ni a la técnica
ni a la justicia
ni al placer
ni al humanismo
ni al progreso
ni a nadie
ni a la tolerancia
ni al sexo
ni a los cánones de la belleza
ni a la «divinidad»
ni al consumo
ni a las redes de comunicación
ni a una marca
ni al rumor
ni a la ciencia
ni a Internet
ni a las fluctuaciones bursátiles
ni al rendimiento.

...

Tú me libras de las ideologías,
que sólo dependen de sí mismas,
de las ideas
que son inventadas,
y del mundo virtual
que se cree la verdad.
Yo sé que no eres el Dios de los muertos
sino el Dios de los vivos.

Bendito seas, Dios mío,
tú me has librado de la muerte.
Amén.



Cuando vas a confesarte, comienza dando gracias a Dios por lo que te da y por lo que hace de bueno para ti. A la luz de esto puedes ver con mayor exactitud tus faltas y tus pecados y presentártelos humildemente con confianza.

Perdóname, Señor

Señor, hazme ver las veces
que he pecado,
en que abuso de mi poder,
y no tengo conciencia de mi injusticia.
Hazme ver las veces en que no he dicho nada,
en que me he callado.
Perdona mi pecado. Amén.



Tratad de remediar vuestras faltas dando muestra de vigilancia y no sólo de voluntad. Si nuestra vigilancia está guiada por el amor, ciertos actos se vuelven imposibles.

SIMONE WEIL

Señor mío y Dios mío

Señor mío y Dios mío,
quítame todo lo que me aleja de ti.
Señor mío y Dios mío,
dame todo lo que me acerca a ti.
Señor mío y Dios mío,
despójame de mí mismo
para darme todo a ti.
Amén.

SAN NICOLÁS DE FLUE

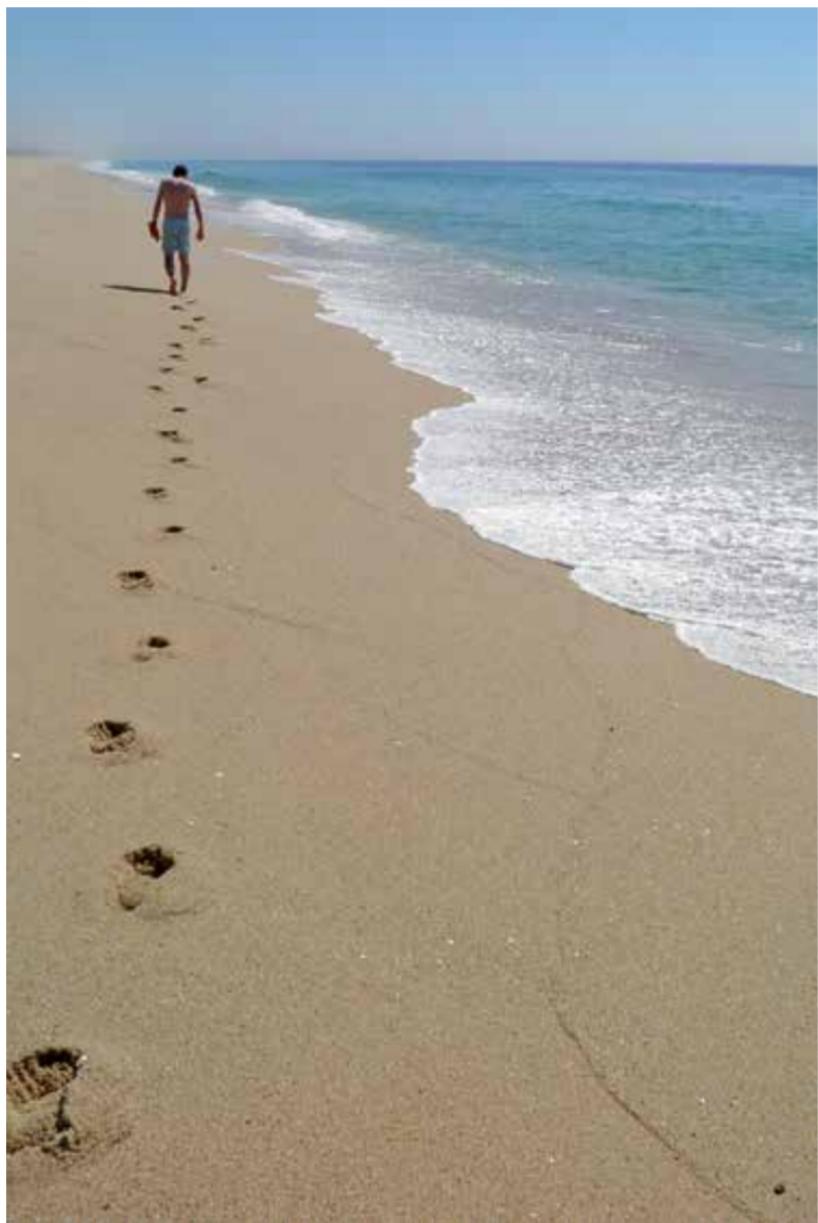
112

113

Tú curas las heridas de nuestros corazones

Cristo,
Tú nos acoges con nuestro corazón,
tal como es hoy.
¿Por qué deberíamos esperar
que nuestro corazón cambie,
para ir a ti?
Tú lo cambias,
cada día de nuevo,
sin que sepamos cómo.
Tú haces todo,
para curar las heridas de nuestros corazones,
tú, amigo y hermano nuestro, Jesucristo.
Amén.

HERMANO ROGER SCHUTZ (COMUNIDAD DE TAIZÉ)



”

En todo hombre hay un espacio de soledad que ningún vínculo humano puede colmar, ni siquiera el amor humano más fuerte. El que se niega a entrar en este espacio de soledad se pone en situación de rebelión, de rebelión contra los hombres e incluso contra Dios. Cristo te espera en la profundidad de tu ser, donde nadie se parece a nadie.

Regla de Taizé

Letanías de la humildad

Jesús manso y humilde de corazón, óyeme.

Del deseo de ser lisonjeado, líbrame Jesús

Del deseo de ser alabado, líbrame Jesús

Del deseo de ser honrado, líbrame Jesús

Del deseo de ser aplaudido, líbrame Jesús

Del deseo de ser preferido a otros, líbrame Jesús

Del deseo de ser consultado, líbrame Jesús

Del deseo de ser aceptado, líbrame Jesús

Del temor de ser humillado, líbrame Jesús

Del temor de ser despreciado, líbrame Jesús

Del temor de ser reprendido, líbrame Jesús

Del temor de ser calumniado, líbrame Jesús

Del temor de ser olvidado, líbrame Jesús

Del temor de ser puesto en ridículo, líbrame Jesús

Del temor de ser injuriado, líbrame Jesús

Del temor de ser juzgado con malicia, líbrame Jesús

Que otros sean más estimados que yo.

Jesús dame la gracia de desecharlo.

Que otros crezcan en la opinión del mundo y yo me eclipse.

Jesús dame la gracia de desecharlo.

Que otros sean alabados y de mí no se haga caso.

Jesús dame la gracia de desecharlo.

Que otros sean empleados en cargos y a mí se me juzgue inútil.

Jesús dame la gracia de desecharlo.

Que otros sean preferidos a mí en todo.

Jesús dame la gracia de desecharlo.

Que los demás sean más santos que yo con tal de que yo sea todo lo santo que pueda.

Jesús dame la gracia de desecharlo.

Oh Jesús, que siendo Dios te humillaste hasta la muerte, y muerte de cruz, para ser ejemplo perenne que confunda nuestro orgullo y amor propio. Concédenos la gracia de aprender y practicar tu ejemplo, para que humillándonos como corresponde a nuestra miseria aquí en la tierra, podamos ser ensalzados hasta gozar eternamente de ti en el cielo. Tú que vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén.



Sed de Dios

Sed de Dios tiene mi alma, de Dios vivo:
conviértemela, Cristo, en limpio aljibe
que la graciosa lluvia en sí recibe
de la fe. Me contento si pasivo
una gotica de sus aguas libo
aunque en el mar de hundirme se me prive
pues quien mi rostro ve —dice— no vive
y en esa gota mi salud estribo.
Hiéreme frente y pecho el sol desnudo
del terrible saber que sed no muda;
no bebo agua de vida, pero sudo.
Y me amarga el sudor, el de la duda,
sácame, Cristo, este espíritu mudo,
creo, tú a mi incredulidad ayuda.

MIGUEL DE UNAMUNO

“ No pidamos que una de nuestras miserias desaparezca, sino imploremos la gracia que la transforme.

SIMONE WEIL

He aquí al otro

Señor, he aquí al otro,
con el que no me entiendo.
Te pertenece,
tú lo has creado,
y, si tú no lo has querido así,
tú lo has dejado sin embargo así.
Porque tú vas con él, Dios mío,
yo también, quiero ir con él y soportarlo,
como tú vas conmigo y me soportas. Amén.

KARL RAHNER

“ Cuando perdonas lo imperdonable es cuando el hombre está más cerca de Dios.

GERTRUD VON LE FORT

Tú – Una y otra vez

Señor, tú,
vas al encuentro
de quien te ofende, una y otra vez,
con alegría y amor.
Pero yo,
no estimo y no respeto siempre
al que me ofende.
Ven en mi ayuda, una y otra vez,
para que contigo, yo sepa amar.
Amén.

Inspirada en SAN JUAN DE LA CRUZ

“ La palabra que a mí me gusta para definir la oración es «estar». Porque a veces no trato nada pero puedo decir: «Mi silencio, Señor, te habla, y para hablarte con mi silencio tengo que estar contigo».

MONS. JOSÉ MARÍA GARCÍA LAHIGUERA



Discernir y decidir

Padre, concédenos la sabiduría

Padre,
concédenos la sabiduría para reconocerte,
el celo para buscarte,
la paciencia para esperarte;
un corazón para pensar en ti,
y una vida para anunciarte
en la fuerza del Espíritu
de nuestro Señor Jesucristo. Amén.

SAN AMBROSIO DE MILÁN

Haz que vea las cosas tal como son

¡Oh Dios mío!,
quiero escucharte,
respóndeme, te suplico,
cuando humildemente te digo
¿qué es la verdad?
Haz que vea las cosas tal como son,
que nada me ofusque. Amén.

SANTA TERESA DE LISIEUX

“

No puedo nutrirme más que de la verdad. Por eso yo nunca he deseado visiones. No se puede ver, en la tierra, el cielo y los ángeles tal como son. Prefiero esperar a después de mi muerte.

SANTA TERESA DE LISIEUX

Oración de Salomón para obtener la sabiduría

Dios de los padres y Señor de la misericordia,
que con tus palabras hiciste todas las cosas.
Contigo está la sabiduría, conocedora de tus obras,
que te asistió cuando hacías el mundo,
y que sabe lo que es grato a tus ojos
y lo que es recto según tus preceptos.

Mándala de tus santos cielos,
y de tu trono de gloria envíala,
para que me asista en mis trabajos
y venga yo a saber lo que es grato.
Porque ella conoce y entiende todas las cosas,
y me guiará prudentemente en mis obras,
y me guardará en su esplendor.

LIBRO DE LA SABIDURÍA DE SALOMÓN 9,1.9-11



Pues bien, Señor mi Dios: Tú has hecho rey a tu siervo en lugar de David mi padre, pero yo soy un muchacho joven y no sé por dónde empezar o terminar. Concede, pues, a tu siervo, un corazón atento para juzgar a tu pueblo y discernir entre el bien y el mal. Pues, cierto, ¿quién podrá hacer justicia a este pueblo tuyo tan inmenso? Agradó al Señor esta súplica de Salomón. Entonces le dijo Dios: «Por haberme pedido esto y no una larga vida o riquezas para ti, por no haberme pedido la vida de tus enemigos sino inteligencia para atender a la justicia, yo obraré según tu palabra: te concedo, pues, un corazón sabio e inteligente, como no ha habido antes de ti ni surgirá otro igual después de ti».

LIBRO 1º DE LOS REYES 3,7.9-12

Oración antes del estudio

¡Oh inefable Creador nuestro,
altísimo principio y fuente verdadera de luz
y sabiduría,
dígnate infundir el rayo de tu claridad
sobre las tinieblas de mi inteligencia,
removiendo la doble oscuridad con la que nací:
la del pecado y la ignorancia!

Dame agudeza para entender,
capacidad para retener,
método y facilidad para atender,
sutileza para interpretar
y gracia abundante para hablar.

Dame acierto al empezar,
dirección al progresar
y perfección al acabar.
Por Jesucristo nuestro Señor.
Amén.

SANTO TOMÁS DE AQUINO



Dame tu luz para discernir

Dios mío,
no hago lo que quiero,
y hago lo que no quiero.
Dejo todo para después, no consigo decidirme.
Cada vez, es demasiado tarde, y está ya decidido,
sin que haya decidido yo mismo.
No dirijo mi vida, sino que me dejo llevar como atado a una correa
y no sé por quién, ni dónde me llevan.

Te pido que me concedas, tu Espíritu Santo, tu luz para discernir:

Lo esencial de lo secundario
el bien del mal,
la verdad de la mentira,
lo verdadero de lo falso,
la sensación del sentimiento,
a ti, Dios mío del Dios que me fabrico,
tu voz de las otras voces,
tu gloria de la pompa del adversario,
lo que sirve a tu reino de lo que lo obstaculiza,
lo que me une a ti de lo que separa de ti,
lo que poseo de lo que me posee,
tu juicio de mi propia apreciación,
tu misericordia de todo lo que me disminuye
tu constancia del endurecimiento de mi corazón,
lo imperecedero de lo perecedero,
lo último de lo anteúltimo,
el cielo que tú me das del que yo me fabrico.

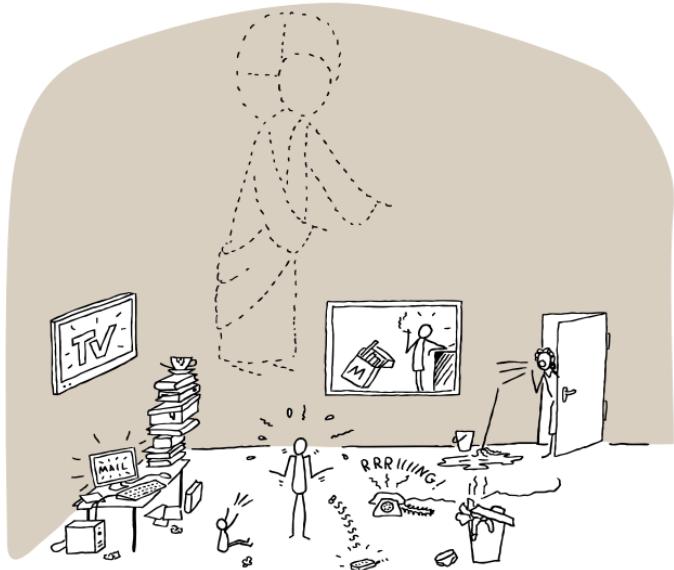
Rechazo las voces que quieren hacerme creer que no se puede distinguir una entre las demás.

Concédemel la buena voluntad y la capacidad,
la fuerza, la confianza y la fidelidad,
de decidirme bien, y de hacer la opción
de la misión que tú me has confiado,
que, con los míos, nos conduce hacia ti todo recto. Amén.

GEORG LENGERKE



Queridos míos: no os fiéis de cualquier espíritu, sino examinad si los espíritus vienen de Dios, pues muchos falsos profetas han salido al mundo.



Alma de Cristo

Alma de Cristo, santifícame.
 Cuerpo de Cristo, sálvame.
 Sangre de Cristo, embriágame.
 Agua del costado de Cristo, lávame.
 Pasión de Cristo, confórtame.
 ¡Oh, buen Jesús!, óyeme.
 Dentro de tus llagas, escóndeme.
 No permitas que me aparte de Ti.
 Del maligno enemigo, defiéndeme.
 En la hora de mi muerte, llámame.
 Y mándame ir a Ti.
 Para que con tus santos te alabe.
 Por los siglos de los siglos. Amén.

SAN IGNACIO DE LOYOLA





Ser llamado y responder

Señor mío

Señor mío: Tú me diste estos ojos;
dime dónde he de volverlos en esta noche larga,
que ha de durar más que mis ojos.

Rey jurado de mi primera fe: Tú me diste estas manos;
dime qué han de tomar o dejar
en un peregrinaje sin sentido para mis sentidos,
donde todo me falta y todo me sobra.

Dulzura de mi ardua dulzura: Tú me diste esta voz en el desierto;
dime cuál es la palabra digna de remontar el gran silencio.

Soplo de mi barro: Tú me diste estos pies...
Dime por qué hiciste tantos caminos
si Tú solo eres el Camino, y la Verdad, y la Vida.

DULCE MARÍA LOYNAZ

”

Vive lo que has comprendido en el Evangelio, aunque sea poco, pero hazlo
verdaderamente.

Regla de Taizé

Hazme desear y elegir sólo lo que me conduce a mi fin

Dios eterno y todopoderoso,
tú nos has creado,
a mis hermanos y hermanas, y a mí,
para alabarte,
respetarte
servirte,
y llegar un día hasta ti.

Tú nos has dado a los hombres
todas las cosas de la tierra,
para que con tu ayuda,
vivamos conforme a nuestra vocación.

Concédemel a la clarividencia de discernir
lo que me conduce a ti,
para que lo elija;
y lo que me separa de ti,
para que lo rechace.

Concédemel tu Espíritu Santo,
para que deseé y elija
lo que me conduce al fin
para el que he sido creado.

Amén.

De *Principio y fundamento* de SAN IGNACIO DE LOYOLA

”

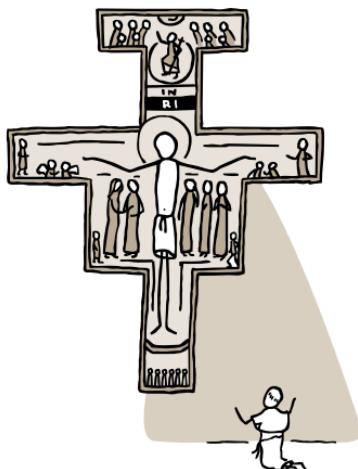
El hombre es creado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor, y mediante esto salvar su alma; y las otras cosas sobre la faz de la tierra son creadas para el hombre, y para que le ayuden en la prosecución del fin para el que es creado. De donde se sigue que el hombre tanto ha de usar de ellas, cuanto le ayudan para su fin, y tanto debe quitarse de ellas, cuanto lo impidan. Por lo cual, es menester hacernos indiferentes a todas las cosas creadas, en todo lo que es concedido a nuestro libre albedrío, y no le está prohibido; en tal manera que no queramos de nuestra parte, más salud que enfermedad, riqueza que pobreza, honor que deshonor, vida larga que corta, y por consiguiente en todo lo demás; solamente deseando y eligiendo lo que más nos conduce para el fin que somos creados.

SAN IGNACIO DE LOYOLA, *Principio y fundamento*

Oración de san Francisco de Asís

Sumo y glorioso Dios,
ilumina las tinieblas de mi corazón
y dame fe recta,
esperanza cierta
y caridad perfecta,
sentido y conocimiento, Señor,
para que cumpla
tu santo y verdadero mandamiento.
Amén.

Ante el Cristo de san Damián



Oración por las vocaciones

Padre santo,
tú nos llamas a ser santos
como tú eres santo.
Te pedimos que nunca falten
a tu Iglesia ministros y apóstoles santos
que, con la palabra y los sacramentos,
preparen el camino para el encuentro contigo.

Padre misericordioso
da a la humanidad descarriada
hombres y mujeres que,
con el testimonio de una vida transfigurada
a imagen de tu Hijo,
caminen alegramente
con todos los demás hermanos y hermanas
hacia la patria celestial.

Padre nuestro,
con la voz de tu Espíritu Santo,
y confiando en la materna intercesión de María,
te pedimos ardientemente:
manda a tu Iglesia sacerdotes,
que sean valientes testimonios
de tu infinita bondad.

Amén.

SAN JUAN PABLO II

Lo que importa hoy

Dios mío,
salgo de mi sueño,
y comienzo un nuevo día en tu compañía.
Te lo pido: abre mi corazón,
para que sepa lo que es importante hoy,
para que acepte lo que me das hoy,
y con tu ayuda, cumpla alegremente
la misión que me has confiado hoy.

Amén.

GEORG LENGERKE



Vuestra soy, para vos nací. ¿Qué mandáis hacer de mí?

SANTA TERESA DE JESÚS

Cumplir tu voluntad de amor

Señor Jesús,
te he pedido una cosa,
que no dejaré de pedirte nunca,
cumplir tu voluntad de amor,
todos los días de mi humilde y pobre vida.

En tus manos,
Dios de bondad,
pongo mi espíritu,
mi corazón y mi inteligencia,
mi razón y mi voluntad.

Y haz que los utilice
para servirte,
amarte, agradarte
y alabarte siempre.

SAN FRANCISCO DE SALES



Rabbuni, que recobre la vista.

El ciego Bartimeo en MARCOS 10, 51

Concédearme desear, buscar y cumplir lo que te agrada

Concédearme, Dios misericordioso,
desear ardientemente,
buscar prudentemente,
conocer verdaderamente
y cumplir perfectamente,
en alabanza y gloria de tu nombre,
todo lo que te agrada.

Concédearme que no deseé agradar ni tema
desagradar a nadie, fuera de ti.

Amén.

SANTO TOMÁS DE AQUINO

Haz que encuentre el camino que lleva a tí

Jesús, Hijo de David, ten piedad de mí.
Ilumina mis ojos
para que encuentre el camino que lleva a tí.
Da firmeza a mis pasos
para que no me aleje del camino.
Abre mis labios
para que hable de tí.
Tú quieres que ame a mi prójimo,
haz que lo sirva,
de modo que encuentre su salvación
y llegue a tu gloria.

Amén.

ALCUINO



Dios ha indicado a cada uno su lugar y sus responsabilidades, y observa cómo cada uno sigue lo que él ha indicado. Y Él te observa a tí también. No lo olvides, y lleva a cabo cada tarea como si te hubiera sido prescrita directamente por Dios, sin importar lo que sea.

SAN TEÓFANES EL EREMITA



Cuál es tu misericordia

¿Cuál es tu misericordia sin medida, Salvador?
¿Cómo te has dignado hacerme un miembro tuyo?
¿Cómo me has revestido con un manto tan resplandeciente,
que refulge con un brillo de inmortalidad
y convierte en luz todos mis miembros?
Pues tu cuerpo, inmaculado y divino,
refulge entero con el fuego de tu divinidad,
con la que está mezclado y amalgamado de manera inefable.
Éste es, en verdad, el regalo que me has hecho, Dios mío.
Pues este cuerpo inmundo y corruptible
está unido a tu cuerpo del todo inmaculado
y mi sangre mezclada con tu sangre.
Me he unido, lo sé, a tu divinidad
y me he convertido en tu cuerpo purísimo,
miembro brillante, miembro verdaderamente santo,
miembro claro, transparente y luminoso.
Veo la belleza, contemplo el resplandor,
reflejo la luz de tu gracia,
me admiro de lo indecible de tu esplendor
y quedo fuera de mí pensando en mí mismo:
¡Qué era y en qué me he convertido, oh maravilla!

SIMEÓN el nuevo teólogo



Los pequeños pasos de la esperanza

Jesús, no esperaré, vivo el momento presente, colmándolo de amor. La línea recta está hecha de millones de pequeños puntos unidos uno a otro. También mi vida está hecha de millones de segundos y de minutos unidos uno al otro. Coloco perfectamente cada uno de los puntos y mi línea será recta. Vivo con perfección cada minuto y la vida será santa. El camino de la esperanza está pavimentado de pequeños pasos de esperanza. Como tú, Jesús, que has hecho siempre lo que es agradable a tu Padre. Cada minuto quiero decirte: Jesús, te amo, mi vida es siempre una «nueva y eterna alianza contigo. Cada minuto quiero cantar con toda la Iglesia: Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

Amén.

CARDENAL FRANÇOIS-XAVIER NGUYEN VAN THUAN

Mándame

¿A quién enviaré?
—Aquí estoy, mándame.

ISAÍAS 6,8

Envíame, Señor,
donde tú quieras,
porque si tú me envías,
estoy seguro,
—sea cual sea la situación en que me encuentre—
que tú me ayudarás,
a cumplir tu misión.
Amén.

SAN FRANCISCO DE SALES



Orar por los hombres: ir a ellos

Artífices de la paz

Te agradecemos los deseos, esfuerzos y realizaciones que tu Espíritu de paz suscitó en nuestros días, para sustituir el odio por el amor, la desconfianza por la comprensión, la indiferencia por la solidaridad.

Abre todavía más nuestro espíritu y nuestro corazón para las exigencias concretas del amor a todos nuestros hermanos, para que seamos, cada vez más, artífices de la paz. Amén.

BEATO PABLO VI



” No basta aprender oraciones de memoria, hay que vivirlas. Hay que poner siempre en práctica una palabra a lo largo del día.

ANTOINE BLOOM

Oración por la Iglesia

Oh Dios, uno e inmenso,
que reparas ahora con tanta misericordia
las deficiencias de los que hemos caído;
tú que llamaste poderosamente a la existencia
a los que no éramos;
concede a tu santa Iglesia católica conservar siempre incólume
la plenitud de la fe que le has confiado,
y, compasivo, haz que la recuperen
quienes la hayan perdido por su modo de actuar;
de manera que por la fe puedan alcanzar la vida eterna
y por las buenas obras el esplendor de la gloria.
Amén.

LITURGIA MOZÁRABE



Jesús mío

Jesús mío: ayúdame a esparcir tu fragancia donde quiera que vaya;
 inunda mi alma con tu espíritu y tu vida;
 penetra todo mi ser y toma de él posesión
 de tal manera que mi vida no sea en adelante
 sino una irradiación de la tuya.

Quédate en mi corazón en una unión tan íntima
 que las almas que tengan contacto con la mía
 puedan sentir en mí tu presencia;
 y que al mirarme olviden que yo existo
 y no piensen sino en Ti.

Quédate conmigo.

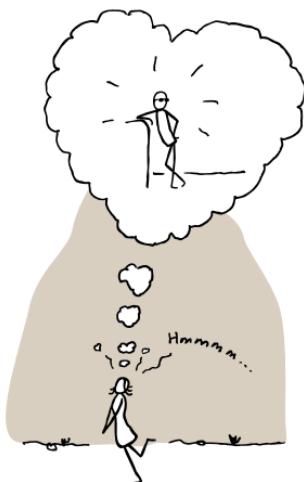
Así podré convertirme en luz para los otros.

Esa luz, oh Jesús, vendrá toda de Ti;
 ni uno solo de sus rayos será mío.
 Te serviré apenas de instrumento
 para que Tú ilumines a las almas a través de mí.

Déjame alabarte
 en la forma que te es más agradable:
 llevando mi lámpara encendida
 para disipar las sombras
 en el camino de otras almas.

Déjame predicar tu nombre sin palabras...
 Con mi ejemplo, con mi fuerza de atracción
 con la sobrenatural influencia de mis obras,
 con la fuerza evidente del amor
 que mi corazón siente por Ti.

BEATO JOHN HENRY NEWMAN



“ Jesús no ha dicho: si quieren, si tienen tiempo vayan, sino que dijo: «Vayan y hagan discípulos a todos los pueblos». Compartir la experiencia de la fe, dar testimonio de la fe, anunciar el evangelio es el mandato que el Señor confía a toda la Iglesia, también a ti; es un mandato que no nace de la voluntad de dominio, de la voluntad de poder, sino de la fuerza del amor, del hecho que Jesús ha venido antes a nosotros y nos ha dado, no nos dio algo de sí, sino que se nos dio todo él, él ha dado su vida para salvarnos y mostrarnos el amor y la misericordia de Dios. Cuando dos personas están juntas y se callan, es siempre posible que al menos una de ellas esté rezando.

PAPA FRANCISCO

Por el ser querido que acabo de perder

Dios mío, Señor de vivos y de muertos,
te confío...

a quien tanto amaba y que estaba tan cerca de mí,
que echo mucho de menos:
estoy triste, porque ha muerto.

Te doy gracias por el amor que nos unía,
por lo que ha sido para mí,
por lo que hemos vivido y compartido juntos,
por las alegrías que nos han acercado.

Te doy gracias por todo lo que tenía de único,
por su forma de ver el mundo (¡y a mí!),
por lo que nadie veía como él.

Te suplico por él:
perdónale las ofensas que pudo hacer,
cura sus heridas y consuela su tristeza,
que nada de su vida sea inútil.

Concédele la alegría de verte y amarte,
en la nueva vida que la muerte no puede extinguir.

En cuanto a mí, ayúdame a dejarlo partir hacia ti.

Tú me dices que tu amor es más fuerte que la muerte,
dame tu consuelo

de fe en la resurrección de tu Hijo y de los muertos,
hasta que volvamos a vernos un día, en tu luz.

Amén.

GEORG LENGERKE

Por un moribundo

Alma cristiana, al salir de este mundo, marcha en el nombre
de Dios Padre todopoderoso, que te creó, en el nombre de
Jesucristo, Hijo de Dios vivo, que murió por ti, en el nombre
del Espíritu Santo, que sobre ti descendió. Entra en el lugar
de la paz y que tu morada esté junto a Dios en Sión, la
ciudad santa, con Santa María Virgen, Madre de Dios, con
San José y todos los Ángeles y los Santos. Amén.

Liturgia de difuntos



Ir a los indeseables

Dios mío, tú me has dado el valor
de creer con confianza que tú me acoges.
Dame también la fuerza
de amar a todos los indeseables
tanto como tú me amas y me acoges.

Tú sabes, Señor, que los indeseables
son los más pobres de los pobres.
Los más ricos pueden ser también tan indeseables
como los pobres de esta pequeña tierra
que tú nos has dado.

Permitme que todos tengamos una parte
de la joya de tu amor,
y entonces nos acogeremos unos a otros
en tu Reino sobre la tierra.

Amén.

BEATA MADRE TERESA DE CALCUTA



Servir es estar al lado de los demás con el cuerpo, y llamar al cielo con el espíritu por la oración.

SAN JUAN CLÍMACO

En el alma, Señor

En el alma, Señor,
Una caricia tuya,
Un beso de tu amor
Y una sonrisa,
Para llenar mi vida de ambiciones,
Tu ambición y tu gloria,
Y tu alegría,
Tu alegría, Señor, que yo entreveo
Cuando te siento sembrador de amores
Porque sólo por mí creaste el cielo
Y sólo para mí nacen las flores.



Mi juventud es tuya,
Tú lo sabes,
Tuyas mis esperanzas y mis sueños;
Por ti, Señor, desgastaré mi vida
Hasta hacerte querer del mundo entero.

Gracias, Señor, porque tu amor es mío,
Por haberme admitido a tu servicio,
Por tener en el alma tu sonrisa,
Te seguiré, Señor, por donde quieras
Con la paz de tu amor en la mirada
Y tendré el corazón hecho de hoguera
Para abrasar al mundo con sus llamas.

Yo no nací sino para quereros,
Mi alma os ha cortado a su medida
Por hábito del alma misma os quiero.
Cuanto tengo confieso yo deberos,
Por Vos nací, por Vos tengo la vida,
Por Vos he de morir y por Vos muero.

GARCILASO DE LA VEGA

Abre mis ojos, Señor

Libra mis ojos de la muerte;
dales la luz que es su destino.
Yo, como el ciego del camino,
pido un milagro para verte.
Haz de esta piedra de mis manos
una herramienta constructiva;
cura su fiebre posesiva
y ábrela al bien de mis hermanos.
Que yo comprenda, Señor mío,
al que se queja y retrocede;
que el corazón no se me quede
desentendidamente frío.
Guarda mi fe del enemigo
(¡tantos me dicen que estás muerto!).
Tú que conoces el desierto,
dame tu mano y ven conmigo.

Liturgia de las horas. Himno

„ Oíd, pueblo, yo os aviso:
Que no se adquiere gracia sin pa-
decer afecciones; hay necesidad
de trabajos y más trabajos para
conseguir la participación íntima
de la divina naturaleza, la gloria
de los hijos de Dios y la perfecta
hermosura del alma..

SANTA ROSA DE LIMA

Nada te turbe

Nada te turbe,
nada te espante,
todo se pasa,
Dios no se muda;
la paciencia
todo lo alcanza;
quien a Dios tiene
nada le falta:
Sólo Dios basta.

SANTA TERESA DE JESÚS

Day and night

Día y noche van tus ángeles,
Señor, conmigo,
día y noche pienso que tú estás en mí.

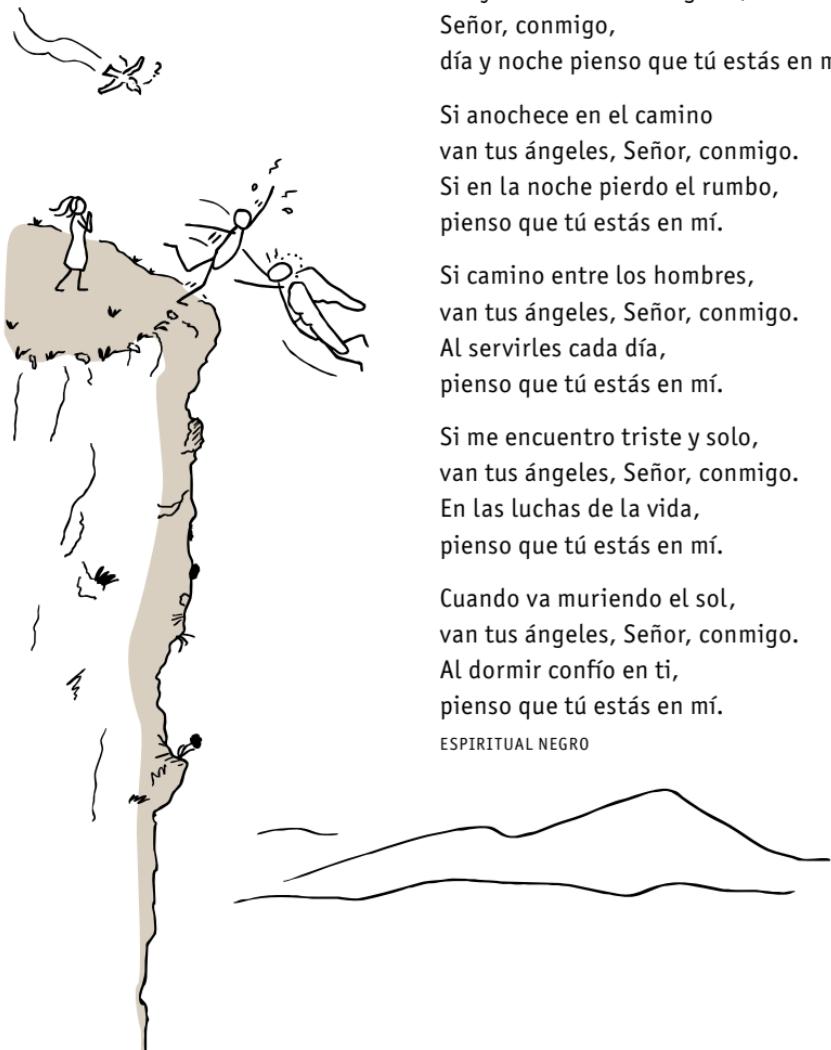
Si anocrece en el camino
van tus ángeles, Señor, conmigo.
Si en la noche pierdo el rumbo,
pienso que tú estás en mí.

Si camino entre los hombres,
van tus ángeles, Señor, conmigo.
Al servirles cada día,
pienso que tú estás en mí.

Si me encuentro triste y solo,
van tus ángeles, Señor, conmigo.
En las luchas de la vida,
pienso que tú estás en mí.

Cuando va muriendo el sol,
van tus ángeles, Señor, conmigo.
Al dormir confío en ti,
pienso que tú estás en mí.

ESPIRITUAL NEGRO





Acoge, Señor, nuestras oraciones

Acoge, Señor, te lo pedimos,
nuestras oraciones de cada día,
que presentamos ante tu altar.

Dígnate aceptar la humildad de nuestra confesión
dado que, día y noche, pedimos con insistencia,
oh Dios, la piedad de tu gran misericordia:
por tu Iglesia católica,
para que te dignes protegerla de todo mal;
por los que nos gobiernan,
para que puedan asegurar la paz y la justicia;
por los obispos, para que, en el ejercicio de sus funciones,
se vean libres de las insidias del enemigo;
por los ministros de la Iglesia y por todo el pueblo,
para que, por tu gran misericordia, Señor,
te dignes librarnos de cualquier adversidad;
por las almas de los fieles que descansan en paz,
para que obtengan el perdón de sus pecados;
y, para que la salud acompañe a todos los vivos,
por intercesión de los santos.

Amén.

Oración hispano-mozárabe



No adoramos a los santos. Sólo adoramos a Dios. Pero no olvidemos que el sí de Dios a los hombres es inmortal. No quiere que los muertos se queden en la muerte, sino que vivan. Incluso separados por la muerte, nosotros seguimos unidos a ellos más allá de la muerte. Cuando rezamos unos por otros, o unos con otros, nuestra oración supera los límites de la muerte. Más allá de la muerte, podemos prestarnos ayuda mutuamente. Los santos del cielo interceden por nosotros a Dios, y nuestra oración por nuestros difuntos llega hasta el cielo.

Cuida de nosotros como un padre lleno de ternura

Buen san José,
Implora sobre nosotros el Espíritu de sabiduría,
para que nos guíe y nos inspire
a lo largo de nuestra vida.
Cuida de nosotros como padre lleno de ternura,
hoy y en la hora de nuestra muerte.
Amén.



Respetar el cuerpo y la vida: nos han sido confiados

Tú nos has dado un cuerpo

¡Dios de bondad y de misericordia!

Tú nos has dado una boca para proclamar tu alabanza.

Tú nos has dado unos pies para propagar tu salvación.

Tú nos has dado unas rodillas para que nos arrodillemos
respetuosamente delante de ti.

Tú nos has dado unas manos para que las levantemos hacia ti
para darte gracias y rezarte

y para que nuestras acciones con ellas sean una bendición
para nuestro prójimo.

Tú nos has dado oídos para que estemos atentos a tu voz.

Tú nos has dado un corazón para que arda con tu amor
y ponga todos nuestros miembros a tu servicio.

Ayúdanos a poner alegremente todos nuestros dones
a tu servicio y al servicio de nuestro prójimo.

”

El que obra mal consigo mismo, ¿a quién puede hacer bien? Piensa pues en esto: cuida de ti. Yo no digo: haz siempre esto. Yo no digo: haz a menudo esto, sino que digo: haz esto sin cansarte nunca. Lo mismo que eres para todos los demás, tienes que serlo para tí mismo, o en todo caso cuida de ti mismo.

SAN BERNARDO DE CLARAVAL

Adorna mi alma, Señor

¡Adorna mi alma, Señor, con tu presencia;
transfórmala en una casa para tí!

Tú eres el huésped que yo espero,
el amigo que tiene que quedarse conmigo.

A tí, que merecerías un palacio,
no puedo ofrecerte más que una pobre choza.

Adorno mi casa de deseo
y de impaciencia.

La luz del cielo iluminará mi casa.

Mi casa será una catedral,
mi corazón un tabernáculo.

Adorna mi alma, Señor, con tu presencia,
transfórmala en una casa para tí. Amén.

SAN JUAN XXIII

¿Quién soy yo? Oración en mi celda

¿Quién soy? A menudo me dicen que salí del confinamiento de mi celda tranquilo, alegre, firmemente, como un señor de su mansión de campo.

¿Quién soy? A menudo me dicen que solía hablar a mis guardianes confiada, libre y claramente, como si yo diera las órdenes.

¿Quién soy? También me dicen que sobrellevé los días de infortunio orgullosa, amablemente, sonriendo, como quien está habituado a triunfar.

¿Quién en verdad soy? ¿Todo lo que los demás dicen de mí?

¿O soy sólo lo que yo sé de mí mismo?

Inquieto y ansioso, y enfermo, como un ave enjaulada, pugnando por respirar, como si me ahogara, sediento de colores, flores, cantos de pájaros, hambriento de palabras bondadosas, de amabilidad, con la expectación de grandes hechos, temblando impotente por la suerte de mis amigos distantes, cansado y vacío de orar, de pensar, de hacer, exhausto y dispuesto a decir adiós a todo.

¿Quién soy? ¿Éste o el otro?

¿Uno ahora y otro después?

¿O ambos a la vez? ¿Hipócrita ante los demás y ante mí mismo un débil acabado?

¿O hay dentro de mí algo como un ejército derrotado que huye en desorden de la victoria lograda?

¿Quién soy? Se burlan de mí estas solitarias preguntas mías; sea quien fuera, tú lo sabes, ¡oh Dios! ¡Soy tuyo!

DIETRICH BONHOEFFER

! Cuando ores, no vayas a Dios como el que quisieras ser. Ve a él tal como eres, tal como has vivido este día. Sé verdadero y humilde. Y después pídele ser verdaderamente aquello a lo que te llama. Él lo ve, lo hace, es lo que le agrada. Él te espera impacientemente, y está totalmente lleno de bondad hacia ti.



Cántico del hermano sol

Omnipotente, altísimo, bondadoso Señor,
tuyas son la alabanza, la gloria y el honor;
tan sólo tú eres digno de toda bendición,
y nunca es digno el hombre de hacer de ti mención.



Loado seas por toda criatura, mi Señor,
y en especial loado por el hermano sol,
que alumbra, y abre el día, y es bello en su esplendor,
y lleva por los cielos noticia de su autor.

Y por la hermana luna, de blanca luz menor,
y las estrellas claras, que tu poder creó,
tan limpias, tan hermosas, tan vivas como son,
y brillan en los cielos: ¡loado, mi Señor!

Y por la hermana agua, preciosa en su candor,
que es útil, casta, humilde: ¡loado, mi Señor!
Por el hermano fuego, que alumbra al irse el sol,
y es fuerte, hermoso, alegre: ¡loado mi Señor!

Y por la hermana tierra, que es toda bendición,
la hermana madre tierra, que da en toda ocasión
las hierbas y los frutos y flores de color,
y nos sustenta y rige: ¡loado, mi Señor!

Y por los que perdonan y aguantan por tu amor
los males corporales y la tribulación:
¡felices los que sufren en paz con el dolor,
porque les llega el tiempo de la consolación!





Y por la hermana muerte: ¡loado, mi Señor!
Ningún viviente escapa de su persecución;
¡ay si en pecado grave sorprende al pecador!
¡Dichosos los que cumplen la voluntad de Dios!

¡No probarán la muerte de la condenación!
Servidle con ternura y humilde corazón.
Agradeced sus dones, cantad su creación.
Las criaturas todas, load a mi Señor. Amén.

SAN FRANCISCO DE ASÍS

(Versión de León Felipe que se usa en la liturgia)



La adoración debería preceder a todos nuestros actos, y tener un mayor espacio en nuestra vida.

BEATO CHARLES DE FOUCAUD



Oh Dios, que amas la concordia

Oh Dios,
que amas la concordia
y habitas en los corazones pacíficos;
te pedimos que nos otorgues una paz auténtica,
y a todos los creyentes una mutua caridad;
haz que los abrazos sean leales, las conversaciones, sinceras;
que nadie alamente enemistades ni en público ni en privado;
que no odien a sus hermanos
los que han aprendido a amarte a ti,
como a su creador.
Amén.

ORACIÓN HISPANO-MOZÁRABE

Oración colecta

Padre de bondad,
que por la gracia de la adopción nos has hecho hijos de la luz,
concédenos vivir fuera de las tinieblas del error
y permanecer siempre en el esplendor de la verdad.
Por nuestro Señor Jesucristo. Amén.

MISAL ROMANO

142

143

Que todo sea puesto en tu mano

En él la noche de los orígenes,
soles y luminarias
brillan bajo la bóveda
del firmamento estelar.

¡Oh Padre, supremo guía!
¡Prepara el camino!
Que puedan el origen y el fin,
de todas las cosas,
ser puestas en tus manos.
Amén.

EDUARD MÖRIKE

142



Confiar en tu Providencia

Señor, tú dijiste
que nuestro Padre del cielo proveería a nuestras necesidades,
lo mismo que viste la hierba de los campos
y alimenta a los pájaros del cielo.

Tú, que no tenías un lugar donde reposar tu cabeza cansada,
ven a enseñarnos.

Enséñanos a abandonarnos a la Providencia,
Y a guardarnos de toda codicia,
Porque la codicia no ha hecho nunca feliz a nadie.

Concédenos la fuerza de darnos totalmente a ti,
y de hacernos el instrumento
de tu santa voluntad.

Bendice el reparto del dinero en el mundo,
para que se pueda alimentar a los hambrientos,
vestir a los desnudos, dar un techo a los pobres,
curar a los enfermos y a los afligidos.

Y Señor, danos tu Santo Espíritu,
para que, en la fe, sepamos descubrir
que, para ti, cada uno de nosotros tiene más precio
que un bello lirio en los campos,
o una alondra que canta en el viento.

Amén.

BEATA MADRE TERESA DE CALCUTA

Conectado y enredado

Ante ti, Creador del mundo real,
traigo todo lo que he encontrado en Internet:
todas estas palabras, de verdad y mentira,
todas estas personas, cercanas o lejanas,
todos estos eventos, importantes o sin interés,
todas estas imágenes, de la grandeza y de la miseria del ser humano.

De las conexiones en las que me he enredado, líbrame.

De las heridas que las imágenes han dejado en mi corazón, cúrame.

Si he sido engañado, vuélveme al camino recto de la verdad.

Concédemel:

el poder de distinguir el mundo virtual del mundo real,
la inteligencia de elegir lo que realmente vale la pena,
la fuerza de resistir a todas las manipulaciones intelectuales,
de hacer un buen uso de todo lo que me das,
de llevar valientemente contigo mi vida diaria.

GEORG LENGERKE





Clamar en la angustia

Señor Jesús

Señor Jesús,
que, resucitando a Lázaro de la muerte,
significaste que venías para que los hombres
tuvieran vida abundante,
líbranos de la muerte
a todos los que anhelamos
la vida de tus sacramentos,
arráncanos de la corrupción
y comunícanos tu Espíritu vivificante,
la fe, la esperanza y la caridad,
para que viviendo siempre contigo,
participemos de la gloria de tu resurrección.
Tú, que vives y reinas
por los siglos de los siglos.
Amén.

Ritual de iniciación cristiana



No somos responsables de las heridas que se nos infligen. Pero somos responsables de lo que hacemos. Tenemos que querer en primer lugar, después pedir, a continuación permitir que, por las heridas de nuestro Salvador, el Padre del cielo se ocupe de nuestras heridas y las cure.

Fortalece en nosotros la esperanza

Te pedimos, Dios de la gracia y de la vida eterna,
 que aumentes y fortalezcas en nosotros la esperanza;
 danos esta virtud de los fuertes,
 esta fuerza de los confiados,
 este ánimo de los incombustibles.
 Y entonces tendremos la virtud
 de acometer las tareas de nuestra vida;
 entonces vivirá en nosotros la gozosa seguridad de
 que no trabajamos en balde;
 entonces haremos nuestra obra y sabremos que,
 cuando fallan nuestras fuerzas,
 Tú, Dios omnipotente, operas en nosotros,
 por nosotros y sin nosotros tu gloria
 y nuestra salvación
 eterna, según tu beneplácito.
 Fortalece en nosotros tu esperanza.
 Amén.

KARL RAHNER

” Yo le miro
 y él me mira.

Respuesta de un viejo campesino al santo cura de Ars,
 que le preguntaba lo que hacía todo el día delante
 del sagrario.



Ven a nosotros

¡Ven a nosotros, Señor, cuando nos invade la noche!
Ven a nosotros en la noche de la decepción,
ven a nosotros en la noche de la falta,
ven a nosotros en la noche de la angustia,
ven a nosotros en la noche del odio,
ven a nosotros en la noche del amor perdido,
ven a nosotros en la noche de la inquietud,
ven a nosotros en la noche del dolor,
ven a nosotros en la noche de la interrogación,
ven a nosotros en la noche de rechazo,
ven a nosotros en la noche de las rupturas,
ven a nosotros en la noche de la desesperanza,
ven a nosotros en la noche de la nada,
ven a nosotros en la noche de la muerte.

Ven a mí, en mi noche,
y quédate conmigo, Dios mío,
cada vez que estoy en la noche.

Amén.



Oración de un enfermo

Dios mío, tengo tiempo. Mucho tiempo.
Cuando tenía buena salud, pensaba que sería bueno
tener mucho tiempo.



Hoy tengo mucho tiempo, por fuerza.
Pero estas horas y estos días son otra manera de tener tiempo.
Tiempo para pensar y tiempo para meditar,
para hacer preguntas y expresar reproches.
Hay tantas cosas que me atraviesan el espíritu.

Dios mío, os necesito:
consolidad en mí este valor, esta confianza y esta certeza
que me dicen que sois bueno para nosotros que somos hijos vuestros.
Señor, sed nuestro Dios en la alegría y en el sufrimiento.

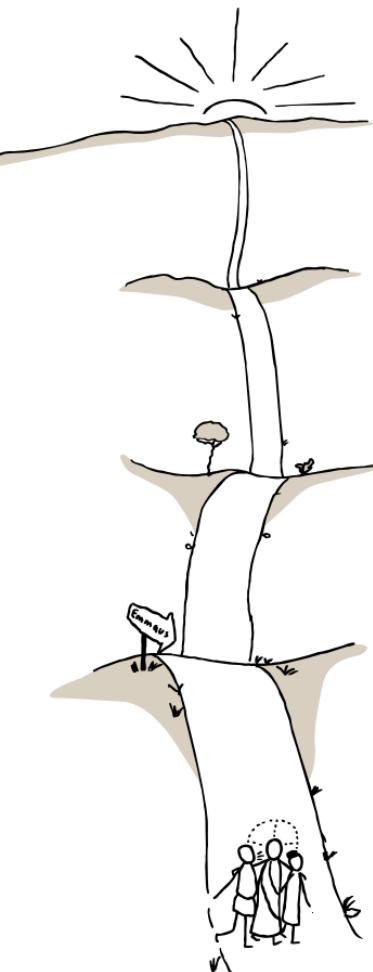
Amén.

BLAISE PASCAL



A la tarde te examinarán en el amor. Aprende a amar a Dios como Dios quiere ser amado
y deja tu propia condición.

SAN JUAN DE LA CRUZ



Si tú sufres

Si tú sufres y tu sufrir es tal
que te impide toda actividad,
acuérdate de la Misa.

En la Misa,
hoy como entonces,
Jesús no trabaja, no predica:
Jesús se sacrifica por amor.

En la vida se pueden hacer muchas cosas,
decir muchas palabras;
pero la voz del dolor,
quizá sorda y desconocida para los demás,
del dolor ofrecido por amor,
es la palabra más fuerte:
la que hiere al Cielo.

Si sufres,
sumerge tu dolor en el suyo:
di tu Misa.
Y si el mundo no comprende estas cosas,
no te turbes;
basta con que te comprendan
Jesús, María, los santos.
Vive con ellos y deja que corra tu sangre
en beneficio de la humanidad:
¡como él!
¡La Misa!
¡Demasiado grande para ser comprendida!
Su Misa, nuestra Misa.

CHIARA LUBICH



Quédate con nosotros, porque atardece y el día va de caída.

Los discípulos de Emaús, en LUCAS 24, 29



Estas palabras de la Escritura son la primera oración que la Iglesia dirige al Resucitado. Raras veces se ha pronunciado una oración más bella. La oración puede ser una palabra inspirada por la vida diaria, una acción de gracias, una alegría, una preocupación, una profunda esperanza.

HEINRICH SPAEMANN

Allí estás tú

[...] ¿Adónde iré lejos de tu aliento,
adónde escaparé de tu mirada?
Si escalo el cielo, allí estás tú;
si me acuesto en el abismo, allí te encuentro;
si vuelo hasta el margen de la aurora,
si emigro hasta el confín del mar,
allí me alcanzará tu izquierda,
me agarrará tu derecha.
Si digo: «Que al menos la tiniebla me encubra,
que la luz se haga noche en torno a mí»,
ni la tiniebla es oscura para ti,
la noche es clara como el día,
la tiniebla es como luz para ti [...].

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. Amén.

SALMO 138 (hebreo 139)



No tenemos que huir ante de Dios. Además, no podemos. Él nos persigue. Incluso en la oscuridad más sombría, incluso en la cruz, está allí. Incluso allí donde nadie quiere conocerlo y piensa que las tinieblas han vencido a la luz.

Protégeme, que estoy sola

Señor mío, único rey nuestro.
Protégeme, que estoy sola
y no tengo otro defensor fuera de ti,
pues yo misma me he expuesto al peligro.
Desde mi infancia oí, en el seno de mi familia,
cómo tú, Señor, escogiste a Israel entre las naciones,
a nuestros padres entre todos sus antepasados
para ser tu heredad perpetua,
y les cumpliste lo que habías prometido.
¡Oh Dios poderoso sobre todos!
Escucha el clamor de los desesperados,
líbranos de las manos de los malhechores
y a mí quítame el miedo.

ESTER 4,17 SS



Florilegio de pequeñas oraciones

Padre, a tus manos encomiendo mi espíritu.

LUCAS 21, 46

Hijo de David, Jesús, ten compasión de mí.

MARCOS 10, 47

Sino que acallo y modero mis deseos, como un niño en brazos de su madre; como un niño saciado, así está mi alma dentro de mí.

SALMO 130,2 (hebreo 131,2)

Así que ya vivamos ya muramos, somos del Señor.

CARTA A LOS ROMANOS 14,8

Señor, ¿a quién vamos a acudir? Tú tienes palabras de vida eterna.

JUAN 6,68

¡Señor mío y Dios mío!

JUAN 20,28

Quédate con nosotros, porque atardece y el día va de caída.

LUCAS 24,29

Ven, Señor Jesús.

APOCALIPSIS 22,20

Dios mío y Señor mío, hazme fuerte en esta hora.

Ten piedad de mí, Señor, porque soy débil.

Tú en mí, y yo en ti.



Ser mortal e inmortal

Tú eres mi principio y mi fin

Yo soy el Alfa y la Omega,
el principio y el fin,
el primero y el último.

APOCALIPSIS 22,13

Tú eres mi Alfa y mi Omega,
mi Primero y mi Último
mi principio y mi fin.
Antes de mi principio, tú existías,
después de mi fin, tú existirás.
Y mientras tanto:
tú estás ahí,
tú llegas,
tú das la vida,
tú eres tú.
;Maranatha! ¡Ven, Señor Jesús!

GEORG LENGERKE

“

La palabra aramea *Maranatha* puede ser dividida y, por tanto, también entendida de dos maneras diferentes: «*Marana tha*» («Ven, Señor»), o bien, «*Maranatha*» («El Señor viene»). En este doble modo de lectura se puede ver claramente la peculiaridad de la espera cristiana de la llegada de Jesús. Es al mismo tiempo el grito: «Ven»; y la certeza llena de gratitud: «Él viene».

BENEDICTO XVI

Que tu gracia nos preceda

Señor,
que tu gracia inspire, sostenga y陪伴e nuestras obras,
para que nuestro trabajo comience en ti, como su fuente,
y tienda siempre en ti, como a su fin.
Por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.

Misal romano

Nuestro corazón no descansa

Grande eres, Señor, y muy digno de alabanza;
grande tu poder, y tu sabiduría no tiene medida.
¿Y pretende alabarte el hombre, pequeña parte de tu creación,
y precisamente el hombre, que, revestido de su mortalidad,
lleva consigo el testimonio de su pecado
y el testimonio de que resistes a los soberbios?
Con todo, quiere alabarte el hombre, pequeña parte de tu creación.
Tú mismo le excitas a ello,
haciendo que se deleite en alabarte,
porque nos has hecho para ti
y nuestro corazón está inquieto hasta que descance en ti.

SAN AGUSTIN

“ Ser piadoso es buscar el rostro del Señor y vivir en consecuencia, para verlo un día cara a cara. Es el sentido de la creación, tal como lo expresa san Agustín: «Tú nos has hecho para ti».

ROMANO GUARDINI

Después de un día que creemos perdido

Cuando pienso en esta palabra de Dios:

«Mira, yo vengo pronto y traeré mi recompensa conmigo para dar a cada uno según sus obras».

APOCALIPSIS 22,12

[...] me digo que estaré cohibido conmigo, porque no tengo obras.

No podrá pues, darme según mis obras.

¡Pues bien, me dará según sus propias obras!

SANTA TERESA DE LISIEUX

“ Aun cuando sienta que no tengo nada para poder ofrecerle, le daría esa nada, como esta tarde...

SANTA TERESA DE LISIEUX

Señor, ayúdame a decir la verdad

Señor, ayúdame a decir la verdad delante de los fuertes.
Y a no decir mentiras
para ganarme el aplauso de los débiles.
Si me das fortuna, no me quites la felicidad.
Si me das fuerza, no me quites la razón.
Si me das éxito, no me quites la humildad.
Si me das humildad, no me quites la dignidad.
Ayúdame siempre a ver el otro lado de la medalla.
No me dejes inculpar de traición a los demás
por no pensar como yo.
Enséñame a querer a la gente como a mí mismo,
y a juzgarme como a los demás.
No me dejes caer en el orgullo si triunfo.
Ni en la desesperación si fracaso,
más bien recuérdame que el fracaso
es la experiencia que precede al triunfo.
Enséñame que perdonar es lo más grande del fuerte
y que la venganza es la señal primitiva del débil.
Si me quitas la fortuna, déjame la esperanza.
Si me quitas el éxito,
déjame la fuerza para triunfar del fracaso.
Si yo faltara a la gente, dame valor para disculparme.
Si la gente faltara conmigo, dame valor para perdonar.
Señor, si yo me olvido de Ti, no te olvides de mí.

Adaptación de *Deus qui claro lumine*, siglos VII-VIII



Job dijo: «Desnudo salí del vientre de mi madre y desnudo volveré a él. El Señor me lo dio, el Señor me lo quitó; bendito sea el nombre del Señor».

LIBRO DE JOB 1,21

Lejos de desanimarme

¡Oh Dios! Todas las noches vengo feliz
a tu lado para darte gracias
por todos los beneficios
que me has concedido
y para pedirte perdón por las faltas
que he cometido en esta jornada,
que acaba de pasar como un sueño.

¡Qué feliz sería, Jesús,
si hubiese sido enteramente fiel!
Pero, ¡ay!, muchas veces por la noche estoy triste
porque veo que hubiera podido
responder mejor a tus gracias.

Sin embargo, Dios mío,
lejos de desalentarme
a la vista de mis miserias,
vengo a ti confiada, acordándome de que
«no tienen necesidad de médico los sanos,
sino los enfermos».
Te pido, pues,
que me cures, que me perdone.

Y mañana, con la ayuda de tu gracia,
volveré a comenzar una vida nueva,
cada uno de cuyos instantes
será un acto de amor
y de renuncia.

Después de haber venido así, cada noche,
al pie de tu altar,
llegaré por fin a la última noche de mi vida,
y entonces comenzará para mí
el día sin ocaso de la eternidad,
en el que descansaré sobre tu divino Corazón
de las luchas del destierro.

Amén.

SANTA TERESA DE LISIEUX



Orar para llegar al final, estar cerca de Dios, es también orar para seguir el camino que lleva hasta allí. El camino no es la meta, y nuestra esperanza en el cielo no debe hacernos olvidar el camino que conduce hasta allí. Cuando túoras, no intentes pues, no pensando más que en Jesús, en hacer abstracción de tu verdadera vida aquí abajo. Porque Jesús ha venido para que tu vida sea su vida. Hazlo pues entrar en tu verdadera vida diaria, a fin de que tu vida diaria sea en su compañía el camino que te conduzca a tu meta.

En tus manos, Dios bueno

En tus manos, Dios bueno, pongo este día.
Tú me lo has dado, yo te lo devuelvo.
Preserva en mí lo que me has dado,
haz crecer la semilla que has sembrado hoy
y acaba tú mismo lo que yo he simplemente comenzado.
Amén.

Nunc dimittis – Cántico de Simeón

Ahora, Señor, según tu promesa,
puedes dejar a tu siervo irse en paz.
Porque mis ojos han visto a tu Salvador,
a quien has presentado ante todos los pueblos:
luz para alumbrar a las naciones
y gloria de tu pueblo Israel.
Amén.



Es la oración que hace el viejo Simeón durante la presentación del niño Jesús en el Templo.

LUCAS 2,29-32

Oración con el buen ladrón

Hoy estarás conmigo en el Paraíso.
Creo, oh Señor, creo firmemente que donde tú quieras y donde tú estás,
allí está el paraíso; y que estar en el paraíso es estar en comunión contigo.
El ladrón, convertido en venerable confesor de la fe y mártir glorioso,
permaneció contigo por todo aquel día,
por todo aquel hoy, y después por toda la eternidad.
¡Qué hermoso es estar contigo!
¡Y qué dichosos son los que permanecen contigo!
Están verdaderamente en el paraíso, están verdaderamente en el reino
aquejados que están contigo en virtud de la fe y el amor.
Tu cruz, oh Señor, promete el paraíso y da el paraíso.
Por eso, adoro humildemente tu cruz, te adoro a ti en la cruz y a la cruz en ti.
Adoro la cruz a causa de Aquel que cuelga de la cruz.
Adoro a Aquel que el ladrón adoraba,
y le suplico como él le suplicaba:
Señor, acuérdate de mí cuando llegues a tu reino.
Reconoce en mí, Señor, esta plegaria, como la reconociste en el ladrón.
Acoge esta plegaria de tu siervo, como la acogiste de aquel siervo tuyo.
Acuérdate de mí desde tu reino, como te acordaste de él desde la cruz.

SAN ANSELMO

Cuando me encuentre en mi lecho de muerte

Es verdad que tus santos lo han dejado todo,
pero a mí me quedan mis pecados.

Cuando me encuentre en mi lecho de muerte,
Señor, con muy mal color de rostro y mal afeitado,
cuando haga repaso de mi vida y lleve a cabo mi examen general,
¡cuál no es mi riqueza! Porque si bien es raro el bien que haya hecho,
dispongo aún de todo el mal llevado a cabo.

Ni un solo día he llegado a poner a vuestra disposición
para poder preparar, Señor, de qué debías perdonarme.

No es gracias a ningún mérito mío que pueda tener garantías,
sólo dispongo de la de mis pecados.

Cada día tiene su propio pecado, ahí están,
y yo, como hiciera un avaro, voy llevando la cuenta de los mismos.
Si os hacen falta vírgenes, Señor,
si os hacen falta hombres con gran valentía bajo vuestros estandartes,
si hay gente que para ser cristianos no les han bastado las palabras,
y que han sabido que es hermoso seguir vuestros pasos,
es que va la vida en ello.

Ahí están un santo Domingo y un san Francisco, Señor,
ahí están un san Lorenzo y una santa Cecilia.

Pero si por azar tenéis necesidad de un perezoso y de un imbécil.

Si os hicieran falta un orgulloso o un descuidado,
si necesitarais un ingrato o un impuro,
un hombre cerrado de corazón y con la mirada dura.

Y asimismo no son los justos los que viniste a salvar, sino a éstos.

Cuando no lleguéis a disponer de los mismos por doquier,
sabed que todavía me tendréis a mí.

PAUL CLAUDEL

Oración con el *Cordón de la oración*:

Jesucristo, hijo de Dios, ten piedad de mí, pecador.

Oración del Nombre de Jesús



Orar con la Madre de Jesús

Ave Maris Stella – Salve Estrella del Mar

Salve Estrella del mar, Santa Madre de Dios
y siempre Virgen, feliz Puerta del cielo.

Tú que has recibido el saludo de Gabriel,
y has cambiado el nombre de Eva,
establécenos en la paz.

Rompe las ataduras de los pecadores,
da luz a los ciegos, aleja de nosotros los males
y alcánzanos todos los bienes.

Muestra que eres Madre:
reciba nuestras súplicas por medio de Ti,
Aquel que, naciendo por nosotros,
aceptó ser Hijo tuyo.

¡Oh, Virgen incomparable!
¡Amable como ninguna!
Haz que, libres de nuestras culpas,
permanezcamos humildes y castos.

Danos una vida limpia,
prepáranos un camino seguro;
para que, viendo a Jesús,
nos alegremos eternamente contigo.

Demos alabanza a Dios Padre,
gloria a Cristo Soberano
y también al Santo Espíritu,
a los Tres un mismo honor. Amén.



He aquí la esclava del Señor, hágase en mí según tu palabra.

María en LUCAS 1,38



Haced lo que él os diga.

María en JUAN 2,5

Ruega por nosotros

Ruega por nosotros, amorosa madre,
Para que tu hijo no nos desapare.

De tus ojos penden las felicidades,
Míranos Señora, no nos desampares.

Bien veo, Señora, madre de mi alma,
Que por mis pecados lágrimas derramas.

Gloria, gloria al Padre, gloria, gloria al Hijo,
Gloria para siempre igual al Espíritu.

ALFONSO X EL SABIO

María, tú has permanecido fiel

Santa María, Madre del Señor,
has permanecido fiel cuando los discípulos huyeron.
Al igual que creíste cuando el ángel te anunció lo que parecía increíble
—que serías la madre del Altísimo—
también has creído en el momento de su mayor humillación.
Por eso, en la hora de la cruz, en la hora de la noche más oscura del
mundo,
te han convertido en la Madre de los creyentes, Madre de la Iglesia.
Te rogamos que nos enseñes a creer y nos ayudes para que la fe
nos impulse a servir y dar muestras de un amor que socorre
y sabe compartir el sufrimiento. Amén.

BENEDICTO XVI



Jesús, al ver a su madre y junto a ella al discípulo al que amaba, dijo a su madre:
«Mujer, ahí tienes a tu hijo». Luego, dijo al discípulo: «Ahí tienes a tu madre». Y desde
aquella hora, el discípulo la recibió como algo propio.

JUAN 19, 26-27



Vuelve tu mirada hacia nosotros

Querida madre, vuelve tu mirada
hacia tu pueblo, que con confianza
venera en ti a su madre
y espera de ti consuelo y auxilio.

Guárdanos en tu corazón
y calma nuestros dolores
ven a liberarnos de nuestras angustias
y muéstranos a Jesús en la hora de nuestra muerte.

SANTA HILDEGARDA DE BINGEN

Salve Regina – Dios te salve

Dios te salve, Reina y Madre de misericordia,
vida, dulzura y esperanza nuestra.

Dios te salve.

A ti clamamos los desterrados hijos de Eva,
a ti suspiramos, gimiendo y llorando
en este valle de lágrimas.

Ea, pues, Señora Abogada Nuestra,
vuelve a nosotros tus ojos misericordiosos,
y después de este destierro, muéstranos a Jesús,
fruto bendito de tu vientre.

Oh, clemente, oh piadosa, oh dulce Virgen María.
Ruega por nosotros, Santa Madre de Dios,
para que seamos dignos de alcanzar
las promesas de Nuestro Señor Jesucristo. Amén.

HERMANN VON REICHENAU Y SAN BERNARDO DE CLARAVAL

Alma Redemptoris Mater – Madre Santa

Madre del Redentor, virgen fecunda,
puerta del cielo siempre abierta,
estrella del mar,
ven a librar al pueblo que tropieza
y quiere levantarse.

Ante la admiración de cielo y tierra,
engendraste a tu santo Creador,
y permaneces siempre virgen.
Recibe el saludo del ángel Gabriel,
y ten piedad de nosotros, pecadores.

HERMANN VON REICHENAU

Memorare – Acordaos

Acordaos, ¡oh piadosísima Virgen María!,
que jamás se ha oído decir
que ninguno de los que han acudido a vuestra protección,
implorando vuestro auxilio, haya sido desamparado.
Animado por esta confianza,
a Vos acudo, Madre, Virgen de las vírgenes,
y gimiendo bajo el peso de mis pecados me atrevo a comparecer ante Vos.
Madre de Dios, no desechéis mis súplicas,
antes bien, escuchadlas y acogedlas benignamente.
Amén.

Ya en la Escritura María es representada como la Reina del cielo:



Un gran signo apareció en el cielo: una mujer vestida del sol y la luna bajo sus pies y una corona de doce estrellas sobre su cabeza.

APOCALIPSIS 12,1

Mi alma – Tu morada

Por la gracia de Dios,
el alma del hombre fiel, es mayor
que el cielo,
porque los cielos, con las demás criaturas,
no pueden contener a su Creador,
y, sin embargo, el alma fiel sola es
su morada y su sede.

Como la gloriosa Virgen de las vírgenes os llevó en su seno,
así también yo deseo llevaros en mi corazón.

Quiero dejaros un lugar en los espacios de mi alma y
de mi cuerpo.

Quiero seguir las huellas de María, vuestra Madre,
principalmente las de la humildad y la pobreza.

Vos, que me contenéis en vos,
y que contenéis el universo,
quiero conteneros en mí.
Sois mi verdadero tesoro, infinitamente más precioso
que los bienes pasajeros de este mundo.
Amén.

Según SANTA CLARA DE ASÍS



Alabanza a María

Salve, Señora, santa Reina, santa Madre de Dios, María, que eres virgen hecha iglesia y elegida por el santísimo Padre del cielo, a la cual consagró Él con su santísimo amado Hijo y el Espíritu Santo Paráclito, en la cual estuvo y está toda la plenitud de la gracia y todo bien.

Salve, palacio suyo;
salve, tabernáculo suyo;
salve, casa suya.

Salve, vestidura suya;
salve, esclava suya;
salve, Madre suya.

SAN FRANCISCO DE ASÍS

Alégrate, Reina del cielo

Reina del cielo, alégrate,
porque el Señor a quien has merecido llevar
ha resucitado según su palabra.
Aleluya.

El Rosario

+En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.

Creo en Dios... (Credo, p. 88).

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo. Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

Padre nuestro (p. 88)

Tres veces el Ave María o Alégrate, María con una petición sucesiva de fe, esperanza y caridad.

Dios te salve, María,

llena eres de gracia.

El Señor es contigo.

Bendita tú eres

entre todas las mujeres

y bendito es el fruto

de tu vientre, Jesús.

...Jesús que aumenta en nosotros la fe

...Jesús que afirma nuestra esperanza

...Jesús que inflama nuestra caridad

Santa María, Madre de Dios,

ruega por nosotros, pecadores,

ahora y en la hora

de nuestra muerte.

Amén.

Alégrate, María,

llena de gracia.

El Señor es contigo.

Bendita tú eres

entre todas las mujeres

y bendito es el fruto

de tu vientre, Jesús...

...que aumenta en nosotros la fe

...que afirma nuestra esperanza

...que inflama nuestra caridad

Santa María, Madre de Dios,

ruega por nosotros, pecadores,

ahora y en la hora

de nuestra muerte.

Amén.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo. Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

Padre nuestro (p. 88)

El Rosario celebra los misterios de la vida de Cristo y de María. En cada misterio se recitan diez Ave Marías o Alégrate, María.

Los misterios son veinte: cinco misterios gozosos, cinco misterios luminosos, cinco misterios dolorosos, cinco misterios gloriosos.

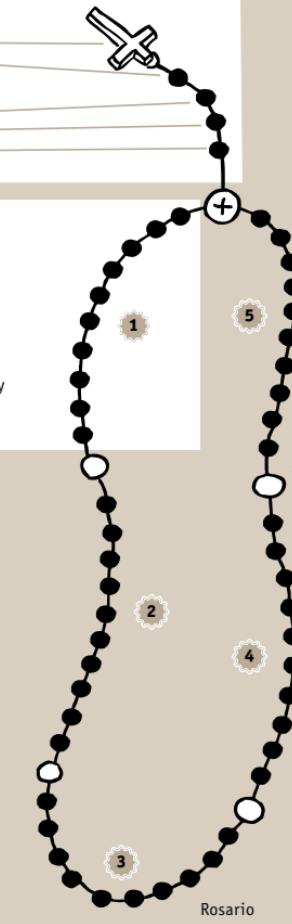


PARA COMENZAR EL ROSARIO

Creo en Dios
Padrenuestro...
Tres Avemarías (o tres Alégrate, María)
Con, después de Jesús... sucesivamente la mención:
...que aumenta en nosotros la fe
...que afirma nuestra esperanza
...que inflama nuestra caridad
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo...

**EL ROSARIO**

Comprende cinco grupos de diez Avemarías.
(o de Alégrate, María).
Comenzar con un Padrenuestro.
Después diez Avemarías (o Alégrate, María)
centradas en la meditación de un misterio.
Termina cada decena con: «Gloria al Padre, y
al Hijo, y al Espíritu Santo...».



“ Esta oración ha tenido un puesto importante en mi vida espiritual desde mis años jóvenes. El Rosario me ha acompañado en los momentos de alegría y en los de tribulación. A él he confiado tantas preocupaciones y en él siempre he encontrado consuelo.

SAN JUAN PABLO II

“ María nos acompaña, lucha con nosotros. Sostiene a los cristianos en el combate contra las fuerzas del mal. La oración a María, particularmente el Rosario. Escuchad bien, ¡el Rosario! ¿Vosotros rezáis el Rosario todos los días? No sé... ¿Seguro? Está bien.

PAPA FRANCISCO

Los cinco *Misterios gozosos* se refieren al nacimiento de Jesús (*lunes y sábado*)

1. La Encarnación del Hijo de Dios.
2. La Visitación de Nuestra Señora a su prima santa Isabel.
3. El Nacimiento del Hijo de Dios en Belén.
4. La Presentación de Jesús en el templo de Jerusalén.
5. El Niño Jesús perdido y hallado en el templo.

Los cinco *Misterios luminosos* subrayan los momentos significativos de la vida pública de Jesús (*jueves*)

1. El Bautismo de Jesús en el Jordán.
2. La autorrevelación de Jesús en las bodas de Caná.
3. El anuncio del Reino de Dios invitando a la conversión.
4. La Transfiguración.
5. La Institución de la Eucaristía.

3. Los cinco *Misterios dolorosos* recuerdan los sufrimientos de la pasión de Jesús (*martes y viernes*)

1. La Oración de Jesús en el Huerto.
2. La Flagelación del Señor.
3. La Coronación de espinas.
4. Jesús con la Cruz a cuestas camino del Calvario.
5. La Crucifixión y Muerte de Nuestro Señor.

4. Los cinco *Misterios gloriosos* celebran el triunfo de la resurrección de Jesús y la coronación de María (*miércoles y domingo*)

1. La Resurrección del Hijo de Dios.
2. La Ascensión del Señor a los cielos.
3. La venida del Espíritu Santo sobre los apóstoles.
4. La Asunción de Nuestra Señora a los cielos.
5. La Coronación de la Santísima Virgen como Reina de los cielos y la tierra.



El Rosario, en efecto, aunque se distingue por su carácter mariano, es una oración centrada en la cristología. En la sobriedad de sus partes, concentra en sí la profundidad de todo el mensaje evangélico, del cual es como un compendio. En él resuena la oración de María, su perenne Magnificat por la obra de la Encarnación redentora en su seno virginal. Con él, el pueblo cristiano aprende de María a contemplar la belleza del rostro de Cristo y a experimentar la profundidad de su amor. Mediante el Rosario, el creyente obtiene abundantes gracias, como recibiéndolas de las mismas manos de la Madre del Redentor.

SAN JUAN PABLO II





ÍNDICE DE NOMBRES

Los números de página en **negrita** señalan las oraciones. Los números en redonda, las citas.

Agustín (Santo, 354-397), obispo de Hipona, escritor y teólogo. Padre y doctor de la Iglesia: **22, 32, 36, 64, 91, 101, 107, 153.**

Alcuino (735-804), padre abad benedictino, consejero de Carlomagno, sabio religioso anglo-sajón: **126.**

Alfano de Salerno (Santo, 1015 o 1020-1085), padre abad benedictino y médico: **68.**

Alfonso X el Sabio (1221-1284), rey de Castilla. Escritor y mecenas de literatura, historia, ciencia y jurídica: **159.**

Ambrosio de Milán (Santo, 339-397), obispo de Milán. Padre y doctor de la Iglesia: **24, 83, 91, 118.**

Anselmo (Santo, 1033-1109), obispo de Canterbury, teólogo y filósofo. Doctor de la Iglesia: **42, 156.**

Benedicto XVI (Joseph Ratzinger, 1927-), profesor de teología, arzobispo de Munich y Freising, elegido papa en 2005: **15, 64, 60, 64, 72, 78, 101, 152, 159, 165.**

Benito de Nursia (Santo, 480-547), primero eremita, después fundador de la Orden de los Benedictinos, y autor de su regla, en la que se inspirarán otras órdenes monásticas: **33.**

Bernanos, Georges (1888-1948), escritor francés, católico: **44, 107.**

Bernardo de Claraval (Santo, 1090-1153), teólogo y doctor de la Iglesia. Monje cisterciense, ejerció una gran influencia en la política de su tiempo: **138, 161.**

Bloom, Antoine (1914-2003), monje ortodoxo ruso, obispo y escritor: **15, 130.**

Bonhoeffer, Dietrich (1906-1945), mártir protestante alemán, teólogo y opositor al régimen nazi, exterminado en el campo de concentración de Flossenbürg: **45, 66, 139.**

Buber, Martin (1878-1965), filósofo judío de origen austriaco, escritor: **26.**

Calderón de la Barca, Pedro (1600-1681), escritor y dramaturgo barroco español: **106.**

Carretto, Carlo (1910-1965), Pequeño Hermano de Jesús, escritor italiano, místico: **42.**

Catalina de Siena (Santa, 1347-1380), dominica, mística y doctora de la Iglesia, conocida por sus escritos dirigidos a las grandes figuras de su tiempo: **109.**

Clara de Asís (Santa, 1193/1194-1253), a los dieciocho años adopta el mismo estilo de vida que san Francisco, siguiendo a Cristo en una pobreza radical. Funda la Orden de las Clarisas: **162.**

Claudel, Paul (1868-1955), escritor, poeta y dramaturgo francés: **112, 157.**

Columbano (Santo, 540-615), misionero y fundador irlandés. Patrón de los motociclistas: **57.**

Corbon, Jean (1924-2001), sacerdote y teólogo francés: **54.**

Efrén de Siria (Santo, hacia 306-373), gran teólogo de la Iglesia primitiva, cuyos escritos suscitan a menudo una meditación contemplativa. Padre de la Iglesia: **52.**

Escrivá de Balaguer, Josemaría (Santo, 1902-1975), sacerdote y fundador del Opus Dei: 38.

Faustina Kowalska (Santa, 1905-1938), mística polaca, religiosa, que recibió la misión particular de dar a conocer el misterio de la misericordia divina: 97.

Foucauld, Charles de (Beato, 1858- 1916), oficial francés, se hace sacerdote y ermitaño después de haber llevado una vida alegre. Vivió en Tamanrasset en medio de los Touaregs musulmanes en el desierto argelino, y murió asesinado, mártir: 107, 141.

Francisco (Jorge Mario Bergoglio 1936-), arzobispo de Buenos Aires y papa de 2013 a la actualidad: 68, 31, 165.

Francisco de Asís (Santo, 1182-1226), renuncia a los veinticuatro años a su herencia, para seguir a Cristo, pobre entre los pobres. Vivió en relación fraternal con todas las criaturas divinas. Fundador de la Orden de los Franciscanos, místico: 74, 124, 140, 163.

Francisco de Sales (Santo, 1567-1622), célebre obispo de Ginebra, fundador de la Orden de la Visitación, gran teólogo: 14, 97, 125, 129.

García Lahiguera, José María (1903-1989), arzobispo de Valencia: 117.

Gertrudis de Helfta (Santa, 1256-1301/1302), cisterciense, gran intérprete de la Sagrada Escritura, consejera espiritual y mística: 13, 58.

Giussani, Luigi (1922-2005), sacerdote italiano, fundador del movimiento Comunión y Liberación: 60, 102.

Góngora, Luis de (1561-1627), poeta y dramaturgo español: 94.

Guardini, Romano (1885-1968), filósofo católico, que ejerció una gran influencia en la reforma litúrgica alemana y en el movimiento de la juventud católica: 12, 21, 66, 71, 107, 153.

Hermann von Reichenau (1013-1054), benedictino en la isla de Reichenau, cerca de Constanza, sabio y poeta: 161.

Hildegarda de Bingen (Santa 1098-1179), abadesa y fundadora de varias órdenes benedictinas. Mística; es célebre por sus consejos en remedios naturales: 100, 103, 161.

Ignacio de Loyola (Santo, 1491-1556), fundador de la Compañía de Jesús (Jesuitas), celebre maestro de espiritualidad y autor de los «Ejercicios»: 55, 121, 123, 123.

Ireneo de Lyon (Santo, en torno a 135-en torno a 202), padre de la Iglesia: 21.

Isidoro de Sevilla (Santo, 556-636), arzobispo de Sevilla, eclesiástico y erudito. Patrón de las letras: 49, 67.

Juan XXIII (Angelo Giuseppe Roncalli, santo, 1881-1963), patriarca de Venecia, papa de 1958 a 1963, convocó el Concilio Vaticano II: 138.

Juan Clímaco (Santo, siglo VII), asceta griego, y escritor: 133.

Juan de Ávila (Santo, 1500-1569), escritor ascético y doctor de la Iglesia. Patrón del clero: 40.

Juan de la Cruz (Santo, 1542-1591), carmelita místico español, doctor de la Iglesia y poeta: 44, 117, 148.

Juan María Vianney (Santo, cura de Ars, 1786-1859), célebre confesor y consejero espiritual, patrono de los sacerdotes: 28, 109, 147.

Juan Pablo II (Karol Wojtyla, santo, 1920-2005), teólogo polaco, obispo de Cracovia, papa de 1978 a 2005, ejerció un gran papel en la caída del comunismo, animador de las Jornadas Mundiales de la Juventud: **56, 63, 77 124, 165, 166.**

Kierkegaard, Søren (1813-1855), filósofo danés: **83.**

Le Fort, Gertrud von (1876-1971), escritora católica, alemana: **117.**

Lengerke, Georg von (1968-), capellán profesor (sacerdote de la Orden de Malta), director del centro espiritual de la Orden de Malta en Ehreshoven: **105, 110, 112, 120, 125, 132, 145, 152.**

Lope de Vega, Félix (1562-1635), poeta y dramaturgo español: **106, 109.**

Loynaz, Dulce María (1902-1997), novelista y poeta cubana: **122.**

Lubich, Chiara (Silvia Lubich, 1920-2008), fundadora del movimiento de los Focolares: **149.**

María de Jesús crucificado (Mariam d'Abbellin, beata, 1846-1875), carmelita palestina, de la Orden de las Descalzas, mística: **62.**

Matilde de Magdeburgo (en torno a 1207-1282), cisterciense, mística y escritora: **51.**

Mayer, Rupert (beato, 1876-1945), jesuita, capellán militar durante la Primera Guerra Mundial, opositor al nazismo: **43.**

Mercier, Désiré (1851-1926), prelado belga, abrió el camino hacia el ecumenismo, cardenal: **103.**

Merry del Val, Rafael (1865-1930), secretario de estado bajo el papado de Pío X: **115.**

Merton, Thomas (1914-1968), trapense americano y eremita, autor de numerosos escritos sobre la vida monástica y la oración: **74.**

Mörike, Eduard (1804-1875), pastor protestante, poeta alemán: **143.**

Neri, Felipe (santo, 1515-1595), sacerdote en Roma, fundador de la congregación del Oratorio: **67.**

Nervo, Amado (Juan Crisóstomo Ruiz de Nervo y Ordaz, 1870-1919), poeta y prosista mexicano modernista: **50.**

Newman, John Henry (beato, 1801-1890), teólogo y filósofo británico convertido al catolicismo, cardenal: **30, 31, 48, 96, 131.**

Nguyen Van Thuan, François-Xavier (1928-2002), sacerdote vietnamita y obispo, encarcelado trece años, de los que pasó nueve aislado en una celda, por su fe. Cardenal: **129.**

Nicolás de Flue (Santo, 1417-1487), místico suizo y eremita: **113.**

Olivaint, Pierre (1816-1871), jesuita francés y predicador: **71.**

Pascal, Blaise (1623-1662), matemático francés y filósofo: **148.**

Patricio de Irlanda (Santo, finales siglo IV-mitad del siglo V), misionero y santo patrón de Irlanda: **20.**

Pablo VI (Giovanni Baptista Montini, beato, 1897-1978), arzobispo de Milán, papa de 1963 a 1978: **130.**

Pedro de Alcántara (Juan de Garavito y Vilela de Sanabria, santo, 1499-1562), fraile franciscano, y orador: **85.**

Pemán, José María (1897-1981), abogado, periodista y escritor español: **106, 109.**

Rábano Mauro (Santo, en torno a 780-856), abad benedictino, monje teólogo y escritor, arzobispo de Maguncia: **102.**

Rahner, Karl (1904-1984), jesuita, teólogo alemán: **117, 147.**

Rosa de Lima (Isabel Flores de Oliva, santa, 1586-1617), mística terciaria dominica peruana: **135.**

Schutz, Hermano Roger (1915-2005), fundador y prior de la comunidad ecuménica de Taizé (Francia): **65, 113.**

Simeón el nuevo teólogo (949-1022), teólogo de la Iglesia ortodoxa, místico y poeta: **127.**

Spaemann, Heinrich (1903-2001), en primer lugar profesor de historia del arte, sacerdote después de su conversión y escritor: **89, 149.**

Spurgeon, Charles Haddon (1834-1892), célebre predicador inglés de una comunidad baptista de Londres: **12.**

Stephen Langton (1150/1155-1228), arzobispo de Canterbury, profesor de teología: **100.**

Teilhard de Chardin, Pierre (1881-1955), jesuita, teólogo y paleontólogo francés: **30.**

Teófanes el Eremita (Santo de la Iglesia ortodoxa, 1815-1894), monje eremita ruso y maestro de espiritualidad: **37, 126.**

Teresa-Benedicta de la Cruz (Santa, Edith Stein, 1891-1942), cristiana judía, filósofa y carmelita, exterminada con su hermana Rosa en Auschwitz, santa patrona de Europa: **75.**

Teresa de Jesús (Santa, 1515-1582), carmelita y reformadora de su orden, mística española y doctora de la Iglesia **23, 24, 40, 46, 59, 99, 109, 125, 135.**

Teresa de Calcuta (Beata Madre Teresa, 1910-1997), fundadora de la Orden de las Hermanas de la Caridad, que están al servicio de los más pobres y de los moribundos de Calcuta (India): **34, 96, 107, 133, 144.**

Teresa de Lisieux (Santa, 1873-1897), carmelita, su espiritualidad de la «pequeña vía» se funda en la simplicidad filial del abandono en Dios, proclamada doctora de la Iglesia en 1997: **39, 75, 118, 118, 153, 153, 154.**

Tomás de Aquino (Santo, 1225/1228-1274), dominico, gran maestro de espiritualidad de la Edad Media, doctor de la Iglesia y uno de los más grandes teólogos de la Iglesia: **47, 72, 108, 119, 126.**

Unamuno, Miguel de (1864-1936), escritor y filósofo español: **116.**

Vega, Garcilaso de la (1948-1536), poeta y militar español: **133.**

Weil, Simone (1909-1943), filósofa y mística francesa: **113, 117.**

ÍNDICE DE ORACIONES

- Abre mis ojos, Señor** (Liturgia de las horas. Himno) 134
- Acoge, Señor, nuestras oraciones** (Oración hispano-mozárabe) 137
- Adorna mi alma, Señor** (San Juan XXIII) 138
- Alabado seas tú** (Santa Matilde de Magdeburgo) 51
- Alabado seas tú cuando amanece el día** (De la Iglesia siria oriental) 80
- Alabanza a María** (San Francisco de Asís) 163
- Alabanzas al Señor** (San Francisco de Asís) 74
- Alégrate, Reina del cielo** 163
- Algunas veces, durante un instante** 82
- Allí donde tú estás, Cristo habla de Pascua** (San Juan Pablo II) 77
- Allí estás tú** (Salmo 138) 150
- Alma de Cristo** (San Ignacio de Loyola) 121
- Alma Redemptoris Mater – Madre Santa** (Hermann von Reichenau) 161
- Amarte toda mi vida** (San Juan María Vianney, Curia de Ars) 109
- Antes de que te busquemos** 41
- Antes que acabe el día** (Liturgia de las horas. Himno de Completas, siglo V) 54
- Artífices de la paz** (Beato Pablo VI) 130
- Ave Maris Stella – Salve Estrella del Mar** 158
- Ayúdame a orar esta mañana** (Dietrich Bonhoeffer. Oración de la Mañana) 66
- Benedictus** (Lucas 1,68-77) 81
- Busco tu rostro, Señor** (Salmo 26) 60
- Cántico del hermano sol** (San Francisco de Asís. Versión de León Felipe que se usa en la liturgia) 140
- Como tú quieras** (Rupert Mayer) 43
- Concédemelo desear, buscar y cumplir lo que te agrada** (Santo Tomás de Aquino) 126
- Conectado y enredado** (Georg Lengerke) 145
- Confiar en tu Providencia** (Beata Madre Teresa de Calcuta) 144
- Confiteor – Yo confieso** (Liturgia) 110
- Credo – Creo** (Símbolo de Nicaea-Constantinopla) 88
- Cristo ayer y hoy** (Misal romano) 92
- Cuál es tu misericordia** (Simeón) 127
- Cuando dos o tres... allí estás tú** (De Zimbabwe) 59
- Cuando me encuentre en mi lecho de muerte** (Paul Claudel) 157
- Cuida de nosotros** 137
- Cumplir tu voluntad de amor** (San Francisco de Sales) 125
- Dame, Señor, este día** (Antiguo cántico de peregrino) 29
- Dame tu luz para discernir** (Georg Lengerke) 120
- Day and night** (Espiritual Negro) 135
- Déjame caminar sin ver por tus caminos** (Santa Teresa Benedicta de la Cruz. Edith Stein) 75
- De rodillas, Señor, ante el sagrario** (José María Pemán) 106
- Después de un día que creemos perdido** (Santa Teresa de Lisieux) 153
- Dios Creador de todas las cosas** (San Ambrosio de Milán) 83
- Dios mío, tú tomas los caminos de los hombres** (San Juan Pablo II) 56
- Dios mío, yo te adoro** (Alabanza a Dios) 33
- Dulce luz** (De *Lead me, Kindly Light* del beato John Henry Newman) 31
- El deseo de contemplar a Dios** (San Anselmo) 42
- El escudo de san Patricio** (San Patricio de Irlanda) 20
- El Espíritu Santo** (Pedro Calderón de la Barca) 106
- El Rosario** 164
- Él te ama** (San Alfano de Salerno) 68
- En búsqueda** (San Agustín) 32
- En el alma, Señor** (Garcilaso de la Vega) 133
- En el silencio del día que amanece** (Mariam d'Abbellin) 62
- En tus manos, Dios bueno** 156
- Espíritu Santo, respira en mí** (San Agustín) 101
- Florilegio de pequeñas oraciones** 151
- Fortalece en nosotros la esperanza** (Karl Rahner) 147
- Fortalecido por tu apoyo, me atrevo a avanzar** (Pierre Teilhard de Chardin) 30
- Gloria in excelsis Deo – Gloria a Dios** (Liturgia de la Iglesia) 89
- Guía en paz mi barquilla** (Santa Teresa de Lisieux) 39
- Haz germinar nuestro trabajo** (Liturgia de las horas) 69
- Hazme desear** (San Ignacio de Loyola) 123
- Haznos dignos de servir** (Oración de la mañana que recitan las Hermanas de la Caridad) 34
- Haz que encuentre el camino que lleva a ti** (Alcuniño) 126
- Haz que vea las cosas tal como son** (Santa Teresa de Lisieux) 118
- He aquí al otro** (Karl Rahner) 117
- Invocaciones no habituales del Espíritu Santo** (Novena por los sacerdotes y los ministros de Iglesia. Diócesis de Friburgo) 104
- Ir a los indeseables** (Beata Madre Teresa de Calcuta) 133
- Jesús mío** (Beato John Henry Newman) 131
- ¡Jesús misericordioso, confío en ti!** (Santa Faustina Kowalska) 97
- Jesús, tú que estás en mi corazón** (Beata Madre Teresa de Calcuta) 96
- La fórmula de bendición, llamada «de Aarón»** (Libro de los Números) 82
- Lejos de desanimarme** (Santa Teresa de Lisieux) 154
- Letanías de la humildad** (Cardenal Merry del Val) 115

- Le tienes** (Amado Nervo) 50
Liberado de los ídolos (Georg Lengerke) 112
Loas a la Cruz (Santa Teresa de Jesús) 99
Lo que importa hoy (Georg Lengerke) 125
Los ojos de todos te están aguardando (Salmo 144) 93
Los pequeños pasos de la esperanza (Cardenal François-Xavier Nguyen van Thuan) 129
Luz en mi sendero (Salmo 118) 35
Magnificat (Lucas 1,46-55) 91
Mándame (San Francisco de Sales) 129
María, tú has permanecido fiel (Benedicto XVI) 159
Me enseñas el sendero de la vida (Salmo 15) 32
Memorare – Acordeos 162
Mi alma – Tu morada (Santa Clara de Asís) 162
Mis ojos (Liturgia de las horas) 37
Nada te turbe (Santa Teresa de Jesús) 135
No me mueve, mi Dios, para quererte 79
No olvides sus beneficios (Salmo 102) 64
Nuestro corazón no descansa (San Agustín) 153
Nunc dimittis – Cántico de Simeón (Lucas 2,29-32) 156
Oh Dios, que amas la concordia (Oración hispano-mozárabe) 143
Oh Dios, que das muerte a nuestros pecados (Oración hispano-mozárabe) 85
iOh santa Cruz de la esperanza! (En Constanza, hacia 1600) 98
Oración ante el altar (Liturgia mozárabe) 91
Oración antes del estudio (Santo Tomás de Aquino) 119
Oración colecta (Misal romano) 143
Oración con el buen ladrón (San Anselmo) 156
Oración con el Cordón de la oración: (Oración del Nombre de Jesús) 157
Oración de bendición 28
Oración de la tarde 93
Oración de Salomón para obtener la sabiduría (Libro de la sabiduría de Salomón 9,1-9-11) 118
Oración de san Francisco de Asís (Ante el Cristo de san Damián) 124
Oración de un enfermo (Blaise Pascal) 148
Oración por la Iglesia (Oración hispano-gótica) 93
Oración por la Iglesia (Liturgia mozárabe) 130
Oración por las vocaciones (San Juan Pablo II) 124
Oveja perdida, ven (Luis de Góngora) 94
Padre, concédenos la sabiduría (San Ambrosio de Milán) 118
Padrenuestro (De Mateo 6,9-13) 19 y 88
Palabra en la noche (Salmo 33,9) 73
Pastor que con tus silbos amorosos (Lope de Vega) 111
Perdóname, Señor 113
Pide un corazón vigilante (Inspirado en santo Tomás de Aquino) 47
Por el ser querido que acabo de perder (Georg Lengerke) 132
¿Por qué me has abandonado? (Salmo 21) 78
Protege a los que velan (San Agustín) 36
Protégeme, que estoy sola (Ester 4,17 ss) 150
¿Qué Dios hay como tú? (Miqueas 7, 18-20) 111
Que mi alegría vuele hacia el cielo (Poema africano) 46
Que seamos lo que tú nos das (San Agustín) 107
¿Qué tengo yo, que mi amistad procuras? (Lope de Vega) 96
Que todo sea puesto en tu mano (Eduard Mörike) 143
Que tu gracia nos preceda (Misal romano) 152
¿Quién soy yo? Oración en mi celda (Dietrich Bonhoeffer) 139
Reconócerte juntos (Oración de Vísperas) 60
Reúne a la Iglesia en tu Reino (La Didaché) 70
Rezar la señal de la cruz (Georg Lengerke) 105
Ruega por nosotros (Alfonso X el Sabio) 159
Salmo 117 52
Salve Regina – Díos te salve (Hermann von Reichenau y san Bernardo de Claraval) 161
Sanctus – Santo (Liturgia de la Iglesia) 90
Santo Dios (Trisagio) 103
Sé bueno con nosotros (Oración de los pescadores bretones) 35
Sed de Dios (Miguel de Unamuno) 116
Sé mi Maestro, Señor (Beato John Henry Newman) 96
Señor, ayúdame a decir la verdad (Adaptación de Deus qui claro lumine) 154
Señor, Dios mío, estoy alegre (Adaptación de Deus qui claro lumine) 26
Señor Jesús (Ritual de Iniciación Cristiana) 146
Señor mío (Dulce María Loynaz) 122
Señor mío y Dios mío (San Nicolás de Flue) 113
Señor, ¿quéquieres que haga? (Oración de un bombero muerto el 11-S en el World Trade Center) 76
Señor, tú eres el Altísimo (Salmo 91) 49
Sí, aquí estoy (Salmo 39) 27
Sí tú sufres (Chiara Lubich) 149
Soy tuyo (Inspirada en Isaías 43) 23
Tarde te amé (San Agustín) 64
Te adoro (San Agustín) 22
Te Deum laudamus – A ti, Dios, nuestra alabanza 90
Tomad, Señor (San Ignacio de Loyola) 55
Tú curas las heridas de nuestros corazones (Roger Schutz) 113
Tú eres el alma de mi alma (Cardenal Desiré Mercier) 103
Tú eres mi principio y mi fin (Georg Lengerke) 152
Tú eres mi refugio (Salmo 90) 54
Tú estabas en el fondo de mi corazón (Roger Schutz) 65
Tú estás cerca de mí (Salmo 22) 44
Tú guardián no duerme (Salmo 120) 84
Tú has puesto fin a esta jornada (Dietrich Bonhoeffer) 45

- Tú me buscas** (San Juan de Ávila) 40
Tú me conoces (Salmo 138) 21
Tú me recibes, cuando yo te recibo (Inspirada en santo Tomás de Aquino) 72
Tú nos haces regalo de los demás 58
Tú nos has dado un cuerpo 138
Tú no te ausentas (San Juan de la Cruz) 44
Tú sabes lo que mejor me conviene (Beato John Henry Newman) 48
Tu sabiduría es insondable (San Pablo) 92
Tú serás mi Dios (Ezequiel 36,25-28) 68
Tú solo, Señor, me haces vivir tranquilo (Salmo 4) 41
Tú – Una y otra vez (Inspirada en San Juan de la Cruz) 117
Ven a crecer en mí, Jesús (Pierre Olivaint) 71
Ven a nosotros 148
- Ven a romper mis cadenas** (San Felipe Neri) 67
Ven Espíritu Santo (Oración de los Padres del Concilio) 63
Ven, Espíritu Santo (Stephen Langton) 100
Veni Creator – Ven, Espíritu Creador (Rábano Mauro) 102
Ven, Jesús, a buscarme (San Ambrosio de Milán) 24
Vida de toda creación (Santa Hildegarda de Bingen) 103
Vuelve tu mirada hacia nosotros (Santa Hildegarda de Bingen) 161
Yo me abandono a tí (Charles de Foucauld) 107
Yo me recibo de tu mano (Romano Guardini) 21
Yo sé que estás conmigo (José María Pemán) 109
Yo te adoro, desde el fondo de mi corazón, Dios escondido (Santo Tomás de Aquino) 108

Fuentes

Pp. 45, 66, 139: Bonhoeffer, Dietrich: *Resistencia y sumisión* © 2004, Sígueme, Salamanca.

P. 104: *Es el tiempo de la siembra*. Novena a petición de las profesiones espirituales y de los servicios eclesiales en el jubileo de la archidiócesis de Freiburg (1827–2002).

De algunas de las oraciones impresas en este libro no se ha podido averiguar el autor a pesar de la cuidadosa investigación de los autores.

Agradecimientos

Damos las gracias a todos los jóvenes que con nosotros han meditado y revisado críticamente los textos aquí reunidos por su asesoramiento y discreción.

Créditos de las fotografías

Cecilia Engels 116; Congregación de las Franciscanas de Sießen 95; Alexander Lengerke 6, 10–11, 45, 61, 146, 163; Felix Löwenstein 127; © godongphotos 167; P. Leo Maasburg 144; Antoinette Mirbach-Harff 25; Ricardo Perna 82, 114, 141, 160; © Melanie DeFazio 84; © Thierry Morvan 122, Luc Serafin 19, 28, 49, 53, 57, 80, 86, 92, 100–101, 128, 136, 142, 151; © José Luis Rodríguez Torrego (jlratorrego@yahoo.com) 16; Fotografías de interior de cubierta: Michaela Heereman, Christoph Hurnaus (www.papstfoto.com), YOUCAT-Institut. (www.youcat.org)



Rezar significa
«tratar de amistad,
estando muchas veces
tratando a solas
con quien sabemos
nos ama».

SANTA TERESA DE JESÚS

COMPÁRTELO



ISBN DIGITAL: 978-84-9055-278-0

www.ediciones-encuentro.es