

Déjate mirar por dentro

Dedica un tiempo a hacer silencio dentro de ti. Cierra los ojos y hazte consciente por unos minutos de tu respiración...

¿Cómo estás?... Preséntale a Jesús tus preocupaciones y tus alegrías, y prepara tu corazón para estar este rato junto a Él.

Canción: Orad así (Maite López)

UNA MIRADA QUE ATRAVIESA LA REALIDAD

Alzando la mirada, vio a unos ricos que echaban sus donativos... vio también a una viuda pobre, que echaba allí dos monedas, y dijo: «De verdad os digo que esta viuda pobre ha echado más que nadie. Porque todos éstos han echado como donativo de lo que les sobra, ésta en cambio ha echado de lo que necesita, de todo lo que tiene para vivir.»



Déjate mirar por Jesús, tal como eres, sin pretender ser quien no eres. Disfruta serenamente de su presencia, y entrégale lo mejor de ti.

OFRECER EL CORAZÓN

Puedes ayudarte de esta oración. Hazla tuya, quédate con aquella frase, palabra... que más resuene en tu interior, y ofrécésela al Señor.

*Aquí estoy, en tu presencia que todo lo inunda. Aquí estoy, ante Ti.
Bajo tu mirada, tierna y sonriente... descansas mi cuerpo y mi alma enciendes.
Ya arde.*

*En el silencio habitado, vibrando el corazón como me vibra,
mientras en mí todo es calma... respiro tu paz.*

*Acompasada y serena, como fuente que rebosa
y no puede contener ya por más tiempo, como mi mejor ofrenda,
te comparto con ternura, con ilusión, sin reservas,
todo lo que llevo dentro, como mi mejor ofrenda...
El amor entregado, a los que amas, a los que amo y amé.
El amor en camino, en espera, en los que amas, en los que amo...
y aún no se lo mostré.*

*Aquí estás, es tu presencia que todo lo inunda. Aquí estás, junto a mí.
Bajo tu mirada, tierna y sonriente... descansas mi cuerpo y mi alma enciendes.
Ya arde.*

*En el silencio agradezco tu mirada bondadosa, siempre tan sonriente
y siempre tan contagiosa.*

*En el silencio agradezco tu Palabra que es llamada,
interrogante y respuesta; Verdad, que clama y me despierta,
para salir a las puertas, más allá, tras las fronteras,
donde sé que aún me esperas, donde sé que aún espera...
El amor entregado, a los que amas, a los que amo y amé.
El amor en camino, en espera, en los que amas, en los que amo...
y aún no se lo mostré.*

COMPROMETER LA VIDA

Recoge brevemente ante el Señor aquello que has experimentado como invitación para tu vida.

Da gracias por este rato de oración y termina rezando, junto a Jesús, la oración del Padrenuestro.

Padrenuestro