



CUARESMA 2021 - ORACIÓN DIARIA Lunes 15 al viernes 19 de marzo

Nos ponemos en la presencia del Señor...
EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO...

APOYA, a quien está junto a ti y necesita tu cercanía, tu compañía y escucha...

- Respira profundamente tres veces, lento y profundo...
- Hagamos un momento de silencio y pensemos... ¿cómo estoy hoy? ¿cómo están las personas que me rodean? Mi mamá, mi papá, mi herman@, mi abuel@, mi amig@...
- Toma conciencia de lo que hay en tu mente y en tu corazón... y piensa en ell@s...
- ¿Te has dado cuenta que algun@ de ell@s no está bien, que quizás necesita ayuda?
¿Tal vez anda preocupad@ ó demasiado molest@? Quizás necesitan atención...



Esta es oportunidad para hacer como hizo Jesús... con sus acciones y con sus enseñanzas, ponerte al servicio de quienes te necesitan, ofrecer tu apoyo, tu capacidad de escuchar, tu cercanía, tu amor: Te invito a seguir el enlace: <https://youtu.be/PR5WdZd32s4>



OREMOS para estar atentos a los demás y ofrecer nuestra ayuda como muestra de nuestro amor:

PADRE NUESTRO, mío y de _____ (el nombre de la(s) persona(s) que necesita(n) de apoyo)
QUE ESTÁS EN EL CIELO, en todo lugar, en la naturaleza, en mis mascotas, en mis amig@s, en mi familia.
SANTIFICADO SEA TU NOMBRE, lo hago cada vez que soy capaz de ofrecerme generosamente para ir en ayuda de quien me necesita.
VENGA A NOSOTROS TU REINO, que es amor, paz, armonía, comprensión, caridad.
HÁGASE TU VOLUNTAD EN LA TIERRA COMO EN EL CIELO, que sea tu amor el que guíe mis pasos, actuando con paciencia, comprensión, empatía y capacidad de escuchar a quien me necesita.
DANOS HOY NUESTRO PAN DE CADA DÍA, el pan de la comprensión, la compasión, la armonía, de la paciencia, de la tolerancia, la empatía, del amor.
PERDÓNANOS NUESTRAS OFENSAS, cuando hago algo que hace sufrir a las personas que están conmigo,
ASÍ COMO NOSOTROS PERDONAMOS A QUIEN NOS OFENDE, cada vez que doy una nueva oportunidad, cada vez que soy paciente, comprensivo y perdono de corazón.
NO NOS DEJES CAER EN LA TENTACIÓN, de ser vengativo, egoísta, indolente, pasivo.
LÍBRANOS DE TODO MAL, todo aquello que me perjudique a mí y a los que me rodean.



AMÉN

**EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO
SANTA JUANA DE LESTONNAC, RUEGA POR NOSOTROS Y GUÍA NUESTRO
ESPÍRITU.**





CUARESMA 2021 - ORACIÓN DIARIA Lunes 15 al viernes 19 de marzo

Nos ponemos en la presencia del Señor...

EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO...

ENCUENTRA un momento para hacer silencio, contemplar la naturaleza, y hablar con Dios...

- Respira profundamente tres veces, lento y profundo...
- Hagamos un momento de silencio, observemos y oremos...



Observa las imágenes y quédate con una de ellas, la que más te guste... imagina que estás ahí en ese lugar...

siéntate y sigue observando la imagen, piensa en lo maravillosa que es esa escena...

Obsérvate a ti mism@ y descubre tus sensaciones, tus emociones, qué provoca en ti... reflexiona unos minutos...

Piensa que Dios está ahí frente a ti... en ese hermoso lugar... y conversa con Él

Por todo aquello que acabas de sentir, te invito a dar gracias...

Gracias por la belleza que se te regala a través de la naturaleza

Gracias por las emociones que provoca en ti

Gracias por la paz que te da

Gracias por las maravillas que puedes ver

Gracias por tanta riqueza en campos y mares...

Gracias porque eres parte de esta hermosa naturaleza...

Gracias por...



EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO

SANTA JUANA DE LESTONNAC, RUEGA POR NOSOTROS Y GUÍA NUESTRO ESPÍRITU



CUARESMA 2021 - ORACIÓN DIARIA Lunes 15 al viernes 19 de marzo

Nos ponemos en la presencia del Señor...

EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO...

RESTAURA tu comunicación con ese familiar o amig@ del que te has alejado



Dile lo que sientes. Esa persona (familiar o amig@) podría extrañarte tanto como tú l@ extrañas, pero un@ de ustedes debe ser el primero en mencionar estos sentimientos. Dile lo mucho que l@ extrañas, y ratifícale que es una parte esencial de tu vida.

Sé sincero con esa persona (familiar o amig@), incluso si sientes vergüenza. Podrías decirle “Últimamente, he tenido muchas dificultades con esta situación, porque eres muy importante para mí. Estoy acostumbrad@ a poder conversar contigo a diario, pero estos días he sentido que estamos demasiado alejad@s”.

- Respira profundamente tres veces, lento y profundo...
- Haz un momento de silencio, observa esta situación que estás viviendo de lejanía con una persona que es muy importante para ti...
¿Qué les llevó a alejarse? ¿Es necesario que tú pidas disculpas? ¿Estarías dispuest@ a acercarte, aun cuando esa persona sea la responsable de este alejamiento?
- En la búsqueda de esta RESTAURACIÓN te invito a encontrar el camino a través de esta oración:

**Padre, te pido que bendigas a mis familiares y amig@s,
Te pido que seas la guía para que me reencuentre con ell@s.
Si sentimos dolor, danos tu paz y tu misericordia.
Si tenemos dudas, renuévanos en la confianza.
Si estamos cansados, te pido que nos des la fuerza para seguir adelante.
Si hay estancamiento en nuestra relación, te pido que renueves el sentimiento que nos unió y que hoy puede restaurar nuestra cercanía.
Amén.**



EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO SANTA JUANA DE LESTONNAC, RUEGA POR NOSOTROS Y GUÍA NUESTRO ESPÍRITU



CUARESMA 2021 - ORACIÓN DIARIA Lunes 15 al viernes 19 de marzo

Nos ponemos en la presencia del Señor...

EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO...

PIDE A DIOS, POR QUIENES SE ENCUENTRAN ENFERMOS



- Respira profundamente tres veces, lento y profundo... calma tu ser...
- Haz un momento de silencio, piensa, recuerda, trae a tu corazón a aquellas personas que están enfermas, conocidas o no, pero que sabes que están padeciendo de alguna dolencia.
- Recorre con tu mente lugares que sabes cuidan a las personas con dificultades de salud: hospitales, postas, consultorios, clínicas...
- Mándales tu bendición... sí, tu bendición, desea para ell@s su recuperación...

BENDECIR:

Invocar sobre una persona, un lugar o una cosa la protección de Dios.

Es “decir y desear el bien”. Hablar en positivo y pensar en positivo. Cuando bendices a alguien, estás dándole el bien, el bienestar, quieres que todo lo mejor, que lo más bueno le suceda a esa persona.

Te invito a que en lo secreto de tu corazón, bendigas a las personas que están enfermas... y pide a Jesús que escuche tus bendiciones.

Jesús sana a los enfermos

Jesús recorría toda Galilea, enseñando en las sinagogas, anunciando las buenas nuevas del reino, y sanando toda enfermedad y dolencia entre la gente. Su fama se extendió por toda Siria, y le llevaban todos a los que padecían de diversas enfermedades, los que sufrían de dolores graves, los epilépticos y los parálíticos, y él los sanaba.

AMÉN.



EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO SANTA JUANA DE LESTONNAC, RUEGA POR NOSOTROS Y GUÍA NUESTRO ESPÍRITU

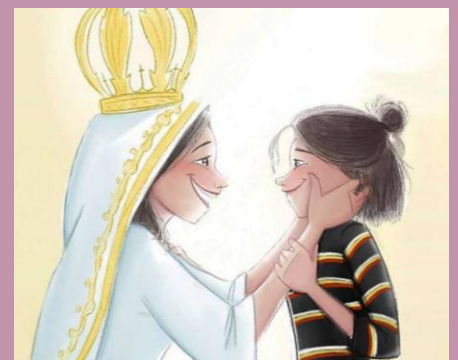


CUARESMA 2021 - ORACIÓN DIARIA Lunes 15 al viernes 19 de marzo

Nos ponemos en la presencia del Señor...

EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO...

- Respira profundamente tres veces, lento y profundo... calma tu ser...
- Haz un momento de silencio, observa, escucha... Piensa en lo que te dice la canción que encontrarás a continuación: <https://youtu.be/kcV1c3pLd8k> y haz tu oración en ella... Tú sabes lo que deseas pedirle o agradecerle.



EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO SANTA JUANA DE LESTONNAC, RUEGA POR NOSOTROS Y GUÍA NUESTRO ESPÍRITU