

Al estilo de Jesús

Actitud de Jesús hacia los que sufren



Guiones para la oración
de los grupos de Cáritas

Al estilo de Jesús

Actitud de Jesús hacia los que sufren

Guiones para la oración en los grupos de Cáritas

**Departamento de formación
Mayo de 2009**

Departamento de Formación
Cáritas Diocesana de Sevilla
Plaza San Martín de Porres, 7, 41010 – SEVILLA
Tlf. 954 34 71 84 / Fax 954 34 41 69
e-mail: formacion@caritas-sevilla.org
Mayo de 2009

ÍNDICE

| | |
|---|-----------|
| PRESENTACIÓN | 5 |
| 0. SIEMPRE QUE OREMOS... | 7 |
| 1. ME HA ENVIADO A DAR LA BUENA NOTICIA A LOS POBRES | 9 |
| 2. LA ENTRAÑABLE MISERICORDIA DE NUESTRO DIOS | 11 |
| 3. A LOS HAMBRIENTOS LOS COLMA DE BIENES | 13 |
| 4. JESÚS BUSCA A LOS PECADORES | 15 |
| 5. LA LEY DEBE ESTAR AL SERVICIO DE LA LIBERACIÓN DEL HOMBRE Y DE LA MUJER | 17 |
| 6. JESÚS LA TOMÓ DE LA MANO Y LA LEVANTÓ | 19 |
| 7. JESÚS LIBERA A LOS ESCLAVIZADOS | 21 |
| 8. PREDILECCIÓN POR LOS NIÑOS | 23 |
| 9. LA MIRADA COMPLACIDA DE JESÚS HACIA EL POBRE | 25 |
| 10. LA FUERZA DE LA FE: VICTORIA SOBRE LA ENFERMEDAD Y LA MUERTE | 27 |
| 11. MUJER, ¡QUÉ GRANDE ES TU FE! | 29 |
| 12. ¿QUÉ QUIERES QUE HAGA POR TI? | 31 |
| 13. SEÑOR, YO NO SOY DIGNO DE QUE ENTRES BAJO MI TECHO | 33 |
| 14. SEREMOS JUZGADOS POR EL AMOR | 35 |
| CANTOS PARA APOYAR LOS GUIONES | 37 |
| BIBLIOGRAFÍA | 40 |

PRESENTACIÓN

La práctica de la oración, personal y comunitaria, especialmente en las reuniones de los equipos de nuestras Cáritas parroquiales, es uno de los elementos claves de nuestra espiritualidad. Sólo la experiencia profunda de Dios nos ayuda a ejercer el ministerio de la caridad; más que como trabajo, como un servicio; más que como una actividad, como un estilo de vida; más que como una iniciativa personal, como una experiencia de envío por el Señor y por la comunidad cristiana.

En este sentido nos advierte Benedicto XVI en la *Carta Encíclica "Deus Caritas Est"*:

"Por lo que se refiere a los colaboradores que desempeñan en la práctica el servicio de la caridad en la Iglesia, ya se ha dicho lo esencial: no han de inspirarse en los esquemas que pretenden mejorar el mundo siguiendo una ideología, sino dejarse guiar por la fe que actúa por el amor (cf. Ga 5,6). Han de ser, pues, personas movidas ante todo por el amor de Cristo, personas cuyo corazón ha sido conquistado por Cristo con su amor, despertando en ellos el amor al prójimo" (33).

"Si en mi vida falta completamente el contacto con Dios, podré ver siempre en el prójimo solamente al otro, sin conseguir reconocer en él la imagen divina" (18).

Para amar y servir a los otros, especialmente a los olvidados de este mundo, necesitamos pedir que el Espíritu Santo nos encienda en el fuego de su amor, para que veamos al pobre como Cristo lo ve, le amemos como Cristo le ama, y le sirvamos como Cristo le serviría en su tiempo y quiere seguir haciéndolo en el nuestro, ahora, por nosotros mismos. Y el Santo Padre nos anima en la misma encíclica:

"La oración se convierte, en estos momentos, en una exigencia muy concreta, como medio para recibir constantemente fuerzas de Cristo" (36).

Y también:

"Ha llegado el momento de reafirmar, la importancia de la oración ante el activismo y el secularismo de muchos cristianos comprometidos en el servicio caritativo" (37).

Bienvenido, pues, este material de oración que ofrece el Departamento de Formación de Cáritas Diocesana a toda la diócesis, especialmente a los miembros y trabajadores de Cáritas. Nos ayudará, por la acción del Espíritu en nuestra oración, a vivir y trabajar "al estilo de Jesús" -con la actitud de Jesús hacia los que sufren- como indica el título escogido.

Sevilla, Abril de 2009.

Manuel de los Santos.
Delegado Episcopal.

0 SIEMPRE QUE OREMOS...

¿Qué es rezar? Santa Teresa nos dice:

“Tratar de amistad, estando muchas veces, con quien sabemos que nos ama”.

—La oración es una historia de amistad con Jesús.

“En la oración lo que cuenta no es pensar mucho, sino amar mucho”.

—La oración es un camino sencillo.

**La oración no es sólo ni principalmente obra del hombre:
es más obra de Dios.**

**La mejor oración será la que más transforme la vida
(M. Herráiz García).**

UNA MIRADA A NUESTRA ORACION

(Apuntes tomados de *Compañeros en el camino*, de Dolores Aleixandre)

—Recuerda que la oración es un encuentro con Dios. La iniciativa y la llamada son suyas. Es Él quien desea tu presencia.

Por lo tanto:

- La oración no es una reunión para hacer terapia individual ni de grupo.
- La oración no es pasar el rato. No es para huir de la realidad que vivimos.
- La oración es para ver la realidad con los ojos de Dios.

—Lo “tuyo” es tomar la decisión de orar para responder a su llamada. Intenta estar en su presencia en silencio con toda tu confianza y todo tu amor.

Cinco actitudes importantes en la oración:

- “Tomar la decisión de orar”.

- “Responder a su llamada”.
- “Silencio” para encontrar a Dios.
- “Confianza”. “Sé de quién me he fiado” (San Pablo).
- “Amor”. Se nos examinará del amor.

—Al comenzar, trata de situarte en “tu centro más profundo” y desde ahí, ábrete a la presencia amorosa de Dios.

- Somos personas con una manera de ser y una personalidad concreta.
- También somos personas con “un centro profundo” donde habita Dios.
- Conectar, desde el silencio, con ese “centro profundo” nos ayudará para abrirnos a la presencia amorosa de Dios.

—En ese primer momento, toma conciencia de lo que realmente deseas (pedir, agradecer, bendecir, quejarte, amar...) y exprésalo con una breve frase. Será como un “ancla” que te ayudará a volver al fondo de tu corazón cuando te distraigas.

- Una clave importante en la oración es preguntarte qué es lo que realmente deseas en la vida y qué deseas cuando decides rezar.

—Recuerda que nunca llegas solo a la oración: estás ahí en nombre del deseo y del clamor de muchos hermanos. Siéntete unido a ellos.

- Rezamos en comunión con toda la humanidad. Rezamos en comunión con todo el Pueblo de Dios, la Iglesia. Rezamos desde “la realidad” para mirarla con los ojos de Dios.

—No acabes la oración bruscamente, porque no se terminan así los encuentros personales. Dirígete a Dios como habla un hijo con su Padre. Detente unos momentos para ver cómo te ha ido.

- Termina la oración despidiéndote del Señor del mismo modo que te despidas de una persona a la que amas.
- Dale gracias al Señor y pide su bendición para ti y para los hermanos.

1 ME HA ENVIADO A DAR LA BUENA NOTICIA A LOS POBRES

Escucha lo que el Señor te pide:
es tan sólo que practiques la justicia,
es tan sólo que ames con ternura,
es tan sólo que camines
humildemente con tu Dios
(Miqueas 6, 8)

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

1. PREPARAR LA ORACIÓN:

- Pasa unos minutos serenándote.
- Hazte consciente de la presencia amorosa de Dios. Él está contigo.
- Exprésale cuál es el deseo profundo de tu corazón.

2. LECTURA DE LA PALABRA:

- Lee despacio el pasaje de la Escritura.
- Dios nos habla por medio de la Palabra. Debemos escuchar con el corazón abierto.
- No hay prisa. Se trata de gustar de la Palabra para conocer al Señor que nos habla por medio de ella.

PALABRA DE DIOS: Lc 4, 14-21

Con la fuerza del Espíritu regresó Jesús a Galilea. Enseñaba en aquellas sinagogas y todos se hacían lenguas de él.

Llegó a Nazaret, donde se había criado. El sábado entró en la sinagoga, según su costumbre, y se levantó para tener la lectura. Le entregaron el volumen del profeta Isaías y, desenrollándolo, dio con el pasaje donde estaba escrito:

*El Espíritu del Señor descansa sobre mí,
porque él me ha ungido.
Me ha enviado a dar la buena noticia a los pobres,
a proclamar la libertad a los cautivos,
y la vista a los ciegos,
a poner en libertad a los oprimidos,*

a proclamar el año favorable del Señor (Is 61, 1-2)

Enrolló el volumen, lo devolvió al sacristán y se sentó. Toda la sinagoga tenía los ojos clavados en él y empezó a hablarles:

—Hoy ha quedado cumplido este pasaje ante vosotros que lo habéis escuchado.

3. COMPRENDER LA PALABRA:

- Nos hacemos estas preguntas: ¿Qué dice la Palabra? ¿Qué me dice a mí el texto como voluntario/a de Cáritas? ¿Quién me lo dice? ¿Cómo me lo dice? ¿Para qué me lo dice?

4. DIÁLOGO CON EL SEÑOR:

- La lectura de la Palabra te acerca a Jesús para hablar con Él. La Palabra ilumina tu realidad de voluntario/a de Cáritas. “El Espíritu del Señor descansa sobre Jesús” y también descansa sobre ti. Jesús te envía a una misión concreta: consolar a los que sufren, al estilo de Jesús.
- En silencio, agradece a Jesús el envío a esta misión y, al mismo tiempo, pide que sea Él el que te enseñe cómo consolar y ayudar a los necesitados.

5. EL COMPROMISO:

- Lee el texto de Miqueas que hay al principio y piensa qué compromiso te pide hoy el Señor en tu misión de voluntario/a de Cáritas.

6. COMPARTE LA EXPERIENCIA VIVIDA EN ESTE RATO DE ORACIÓN:

- Con palabras breves y sencillas puedes expresar cómo te ha ido en este rato de oración.

7. ACCIÓN DE GRACIAS:

- Agradece al Señor su Palabra.

ORACIÓN FINAL: SALMO 39

Aquí estoy, Señor, para hacer tu voluntad.
Dichoso el hombre que ha puesto
su confianza en el Señor.

Tú, Señor, no me cierres tus entrañas,
que tu misericordia y tu lealtad
me guarden siempre.

2 LA ENTRAÑABLE MISERICORDIA DE DIOS

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

1. AL COMENZAR LA ORACIÓN: Padre me pongo en tus manos.

Padre, me pongo en tu regazo como un niño débil y frágil. Soy tu pequeño.

- Padre, tómate en tus brazos. Ten piedad, muéstrame tu rostro.
- Padre, tuya es mi vida. Dame a conocer tus sendas.
- Padre, necesito darme con todo el amor de que soy capaz.
- Padre, te confío mis días. Quiero cumplir tu voluntad.

2. INVOCAR AL ESPÍRITU:

- Nos dice San Pablo: “El Espíritu viene en ayuda de nuestra flaqueza, porque no sabemos lo que nos conviene, pero el mismo Espíritu intercede por nosotros” (Romanos 8, 26).

3. LECTURA DE LA PALABRA:

- Lee con atención el texto evangélico. Cada frase, cada palabra tienen un sentido para nuestra vida y, también, para nuestra misión de voluntarios/as de Cáritas.

PALABRA DE DIOS Lc 1, 76-79

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.

4. MEDITAR:

- Ver qué dice el texto para mí. Y para el grupo. Contemplar la “entrañable misericordia de nuestro Dios” Aprender de esa actitud misericordiosa.

5. ORAR:

- Ante lo que Dios te dice, a través del texto, ¿qué le respondes?
- Puedes: alabar, pedir, dar gracias, adorar, repetir una frase o una palabra.

- En definitiva, acércate a ese Dios misericordioso y habla con Él con sencillez y confianza.

6. CONTEMPLAR:

- En silencio, acércate al misterio de Dios, que viene a “guiar tus pasos por el camino de la paz”

7. COMPROMETERSE:

- Concreta, con tu grupo de Cáritas, un compromiso individual y colectivo que pueda sembrar paz en las personas que piden ayuda.

8. COMPARTIR:

- Con palabras breves y sencillas expresa cómo te ha ido en este rato de oración.

9. DAR GRACIAS:

- Por nuestra fe, por la Palabra, por este rato de oración. Dar gracias por nuestra vocación de voluntarios/as de Cáritas. Por la misión que se nos ha encomendado. Dar gracias por todo aquello que salga de nuestro corazón, como la familia, los hijos, el alimento, la vida, la alegría, la paz...

ORACIÓN FINAL:

Padre: me pongo en tus manos.
Haz de mí lo que quieras.
Sea lo que sea, te doy las gracias.
Estoy dispuesto a todo.
Lo acepto todo,
con tal que tu plan vaya adelante
en todas las criaturas y en mí.
Ilumina mi vida con la luz de Jesús.
No vino a ser servido, vino a servir.
Que mi vida sea como la de Él: servir.
Grano de trigo que muere en el surco del mundo.
Que sea así, de verdad, Padre.
Te confío mi vida. Te la doy.
Condúceme.
Que venga a mí el Espíritu que movía a Jesús.
Me pongo en tus manos, sin reservas,
con una confianza absoluta,
Porque Tú eres... MI PADRE.

(Charles de Foucauld)

3 A LOS HAMBRIENTOS LOS COLMA DE BIENES

A los hambrientos los colma de bienes,
a los ricos los despide vacíos
(Magnificat, Lc 1, 53)

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

1ª PARTE: NOS PREPARAMOS PARA LA ORACIÓN

- Busca un lugar silencioso
- Ponte en una postura que te ayude a orar. La armonía del cuerpo y del espíritu son esenciales.
- Pasa unos minutos serenándote. Hazte consciente de la presencia amorosa de Dios. Él está contigo.
- Exprésale cual es el deseo profundo de tu corazón.

2ª PARTE: LA ORACIÓN

- Lee despacio el pasaje de la Biblia.

PALABRA DE DIOS: Mc 6, 34-44 (Mt 14, 13-21; Lc 9, 10-17; Jn 6, 1-14)

Al desembarcar vio una gran multitud; se conmovió, porque estaban como ovejas sin pastor, y se puso a enseñarles muchas cosas.

Avanzada ya la tarde se le acercaron sus discípulos y le dijeron:

—El lugar es un despoblado y es ya tarde; despídelos que vayan a los cortijos y aldeas de alrededor y se compran de comer.

Él les contestó:

—Dadles vosotros de comer.

Le dijeron:

—¿Vamos a comprar panes por doscientos denarios de plata para darles de comer?

Él les dijo:

—¿Cuántos panes tenéis? Id a ver.

Cuando lo averiguaron, le dijeron:

—Cinco, y dos peces.

Les ordenó que los hicieran recostarse a todos en la hierba verde formando corros, pero se echaron formando cuadros de ciento y de cincuenta.

Tomando él los cinco panes y los dos peces, alzó la mirada al cielo, pronunció una bendición, partió los panes y los fue dando a los discípulos para

que los sirvieran; también los dos peces los dividió para todos.

Comieron todos hasta saciarse, y recogieron de trozos doce cestos llenos, también de los peces. Los que comieron los panes eran cinco mil hombres adultos.

- Vuelve a leer el texto y párate cuando algo te llame la atención: alguna palabra, algún gesto, alguna acción, que veas en Jesús, en los discípulos y en la multitud. Saboréalo en tu corazón.
- Responde desde tu interior: ¿Qué te está diciendo, hoy, a ti, este texto? ¿Cuál es tu respuesta a la llamada, que Dios te hace hoy?
- Concreta tu compromiso personal y con tu grupo de Cáritas.

3ª PARTE: COMPARTIR

- En esta oración es importante compartir las acciones y las palabras de Jesús y de sus discípulos.
- Hay una frase clave en el texto evangélico: —**Dadles vosotros de comer. ¿Cómo resuenan en tu corazón estas palabras?**
- Comenta la actitud de los discípulos.
- Repite, con las personas de tu grupo, el texto evangélico: “**alzó la mirada al cielo, pronunció una bendición, partió los panes y los fue dando a los discípulos para que los sirvieran; también los dos peces los dividió para todos**”.

4ª PARTE: DAR GRACIAS

SALMO 110

Doy gracias al Señor de todo corazón.

Grandes son las obras del Señor,
dignas de estudio para los que las aman.

Esplendor y belleza son sus obras,
su generosidad dura por siempre.

Ha hecho maravillas memorables,
el Señor es piadoso y clemente.

Él da alimento a sus fieles,
recordando siempre su alianza.

Justicia y verdad son las obras de sus manos,
todos sus preceptos merecen confianza.

4 JESÚS BUSCA A LOS PECADORES

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

I. PREPARACIÓN:

- Empieza este rato de oración pidiendo a Dios Padre, que te envíe su Espíritu para que brote, en tu ser más profundo, lo que Él desea para ti en este rato de oración.
- Ponte en una postura cómoda, que te permita estar alerta.
- Procura hacerte **consciente de la presencia amorosa de Dios** dentro y fuera de ti, de su amor incondicional.

2. SUGERENCIAS PARA LA ORACIÓN:

- Lee la Palabra. Intenta imaginarte la escena como si tú estuvieras allí mismo participando del acontecimiento. **Quédate en la escena** que se desarrolla. El Espíritu Santo usará tu imaginación para llevarte a un encuentro personal con Jesús.

PALABRA DE DIOS: Mc 2, 14-17 (Mt 9, 9-13; Lc 5, 27-32)

Yendo de paso vio a Leví de Alfeo sentado al mostrador de los impuestos y le dijo:

—Sígueme.

Él se levantó y lo siguió.

Sucedió que, estando Leví recostado a la mesa en su casa, muchos recaudadores y descreídos se fueron reclinando a la mesa con Jesús y sus discípulos; de hecho eran muchos y lo seguían.

Los fariseos letrados, al ver que comía con los descreídos y recaudadores, decían a los discípulos:

—¿Por qué come con los recaudadores y descreídos?

Lo oyó Jesús y les dijo:

—No sienten necesidad de médico los que son fuertes, sino los que se sienten mal. No he venido a invitar a los justos, sino a los pecadores.

Lc 15, 2-7 (Mt 18, 12-14)

Tanto los fariseos como los letrados lo criticaban diciendo:

—Éste acoge a los descreídos y come con ellos.

Entonces les propuso esta parábola:

—Si uno de vosotros tiene cien ovejas y se le pierde una, ¿no deja las no-

venta y nueve en el campo y va en busca de la descarriada hasta que la encuentra? Y cuando la encuentra, se la carga a los hombros, muy contento; al llegar a casa, reúne a los amigos y a los vecinos para decirles:

—¡Dadme la enhorabuena! He encontrado la oveja que se me había perdido.

Os digo lo mismo, dará más alegría en el cielo un pecador que se enmienda, que noventa y nueve justos que no sienten necesidad de enmendarse.

- Deja que Jesús se te haga presente, que te hable. ¿Qué sientes? ¿Cómo respondes a su presencia, a su contacto, a su palabra, a su cercanía?
- Sencillamente, deja que Jesús sea para ti, lo que Él desea ser en este momento de tu vida. Quiere perdonarte, curarte, fortalecerte, liberarte, llamarte, conducirte a través del desierto, enviarte a anunciar su buena noticia, comprometerte para hacer más humano este mundo, comprometerte con los más necesitado, penetrarte de la fuerza de su Espíritu.
- Respóndele a Jesús. Respóndele según te guíe su Espíritu. Deja que el Espíritu ore en ti y a través de ti. Permite que el Espíritu te conduzca a la intimidad con Jesús y a un **mayor compromiso con los hermanos**.

3. CONCLUSIÓN:

- Comparte con palabras sencillas la experiencia de esta oración.
- Termina leyendo esta oración de S. Francisco de Asís.

Señor, haz de mí un instrumento de tu paz.

Donde haya odio, ponga yo amor.

Donde haya ofensa, ponga yo perdón.

Donde haya discordia, ponga yo unión.

Donde haya error, ponga yo verdad.

Donde haya duda, ponga yo fe.

Donde haya desesperación, ponga yo esperanza.

Donde haya oscuridad, ponga yo luz.

Donde haya tristeza, ponga yo alegría.

Que no busque tanto

el ser consolado, como el consolar.

El ser comprendido, como el comprender.

El ser amado, como el amar.

Porque dando es como se recibe.

Olvidándose de sí mismo es como se encuentra uno a sí mismo.

Perdonando es como se logra el perdón.

Muriendo es como se resucita a la vida.

5 LA LEY DEBE ESTAR AL SERVICIO DE LA LIBERACIÓN DEL HOMBRE Y LA MUJER

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

I. LECTURA DE LA PALABRA: ¿QUÉ DICE EL TEXTO?

- Invoca al Espíritu para que te ayude a penetrar el sentido de la Palabra.
- Toma conciencia de la realidad en la que vives y la realidad de tu colaboración con la tarea de Cáritas. La lectura de la Palabra te hará ver la realidad desde la mirada misericordiosa de Dios.

PALABRA DE DIOS: Lc 13, 10-17 (Hombre del brazo atrofiado: Mc 3, 1-7)

Estaba enseñando un sábado en una de las sinagogas. Había allí una mujer que llevaba dieciocho años enferma por causa de un espíritu y andaba encorvada, sin poderse enderezar del todo. Al verla Jesús la llamó y le dijo: —Mujer, quedas libre de tu enfermedad.

Y le aplicó las manos. En el acto se puso derecha y empezó a alabar a Dios.

Intervino el jefe de la sinagoga, indignado porque Jesús había curado en sábado, y le dijo a la gente:

—Hay seis días de trabajo: venid esos días a que os curen y no el día de precepto.

Pero el Señor dirigiéndose a él dijo:

—¡Hipócritas! Cualquiera de vosotros ¿no desata del pesebre al buey o al burro el día de precepto y lo lleva a abreviar? Y a esta que es hija de Abraham y que Satanás ató hace ya dieciocho años, ¿no había que soltarla de su cadena en día de precepto?

Según iba diciendo esto se abochornaban sus adversarios, mientras toda la gente se alegraba de tantas magníficas cosas como hacía.

Gal 3, 26-28

“Todos vosotros sois hijos de Dios por la fe en Cristo Jesús, pues todos los que habéis sido bautizados en Cristo, de Cristo habéis sido revestidos. Ya no hay distinción entre judío y no judío, entre esclavo o libre, entre varón o mujer, porque todos vosotros sois uno en Cristo Jesús”

- Recuerda las palabras que acabas de leer. Dios despierta todos tus sentidos para que la Palabra llegue a lo más profundo de tu corazón.
- ¿Qué dice el texto? ¿Qué circunstancias rodean la actitud de Jesús para curar en sábado? En esta circunstancia, ¿es la ley o la curación de la mujer encorvada lo más importante?

2. MEDITACIÓN: ¿QUÉ ME DICE EL TEXTO?

- Actualizar el texto. Situaciones reales, que vivo en mi trabajo como voluntario/a en Cáritas.
- Ver otro texto sobre el mismo tema: El hombre del brazo atrofiado: (Mc 3, 1-6)

3. ORACIÓN: ¿CUÁL ES MI RESPUESTA A PARTIR DEL TEXTO?

- En silencio, vuelve a leer el texto de la Palabra y descubre la llamada que nos hace el Señor, personalmente y en grupo.
- Concreta en el grupo un compromiso en relación a la tarea en Cáritas

4. CONTEMPLACIÓN: ACERCARSE AL MISTERIO DE DIOS

- Ora con un salmo u oración que te acerque al misterio de Dios.
- Mira la realidad en la que vives y la realidad de tu colaboración con la tarea de Cáritas, con los ojos misericordiosos de Dios.
- Selecciona una frase del salmo o del texto evangélico para repetirla, en tu oración personal.

5. ORACIÓN FINAL:

SALMO 22

El Señor es mi Pastor, nada me puede faltar.

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 vara 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.

6 JESÚS LA TOMÓ DE LA MANO Y LA LEVANTÓ

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

Tu Palabra me da vida, confío en ti. Señor.
Tu Palabra es eterna, en ella esperaré

I. TU PALABRA ME DA VIDA:

- La Palabra de Dios viene a iluminarte y a iluminar tu realidad.
- Procura tener una postura cómoda y serénate para la escucha de la Palabra.
- Siente la presencia amorosa de Dios Padre. Él está contigo.
- En silencio, repite alguna de estas frases de la Escritura: **“Sé de quien me he fiado” “¿Quién me separará del amor de Cristo?” “Todo lo puedo en aquel que me conforta” “Creo Señor, pero aumenta mi fe” “Ilumíname Señor con tu Espíritu” “El Señor es mi Pastor. Nada me puede faltar”**
- Pide al Señor gracia, para que este rato de oración sea de cercanía a Él y de compromiso con los hermanos.

2. LECTURA DE LA PALABRA:

- Lee atentamente el texto de la Palabra de Dios. **Escucha a Dios que te habla.** No se trata de “entender” el significado de las frases que estás leyendo.
- Lo importante es ver: **¿Qué me está queriendo decir hoy el Señor? ¿Qué nuevo compromiso me está proponiendo hoy la Palabra? ¿Qué nuevo sentido tengo que darle a mi vida?.**

PALABRA DE DIOS: *Mc 1, 29-34 (Mt 8, 14-16; Lc 4, 38-44)*

Al salir de la sinagoga fue derecho a casa de Simón y Andrés, en compañía de Santiago y Juan. La suegra de Simón yacía en cama con fiebre. Enseguida le hablaron de ella; él se acercó, la cogió de la mano y la levantó. Se le quitó la fiebre y se puso a servirles.

Caída la tarde, cuando se puso el sol, le fueron llevados a todos los que se encontraban mal y a los endemoniados. La ciudad entera estaba congregada a la puerta. Curó a muchos que se encontraban mal con diversas enfermedades y expulsó muchos demonios.

3. “MARÍA GUARDABA, FIELMENTE EN SU CORAZÓN, TODOS ESTOS RECUERDOS” *Lc 2, 51*

- Guarda en tu corazón la Palabra que acabas de leer. Descubre, mira, escucha. Déjate impresionar.
- Siente cómo Jesús se acerca a ti, te coge de la mano y “te levanta” de tus desilusiones, de tus desánimos y te invita a servir a la comunidad con más entusiasmo.
- Haz reflexiones sencillas. Puedes repetir alguna frase que te haya impresionado. Vuelve a sentir la presencia amorosa de Dios

4. “ASÍ, PUES, DEBE BRILLAR VUESTRA LUZ ENTRE LOS HOMBRES...” *Mt 5, 16*

- Concreta algún compromiso que transforme tu vida y tu trabajo de voluntario/a en Cáritas.
- La oración debe iluminar tu realidad y ayudarte al compromiso con los hermanos.

5. “...Y CON UN MISMO ESPÍRITU COMPARTÍAN... CON ALEGRÍA Y SENCILLEZ” *Hch 2, 46*

- Con palabras sencillas cuenta tu experiencia de la oración. No es necesario decir muchas palabras. Sólo aquello que te haya ayudado.

6. ACCIÓN DE GRACIAS:

- Agradece al Señor su Palabra.

Salmo 114: Caminaré en presencia del Señor.

Amo al Señor, porque escucha mi voz suplicante;
Porque inclina su oído hacia mí el día que lo invoco.

7 JESÚS LIBERA A LOS ESCLAVIZADOS

Él será refugio del oprimido,
su refugio en los momentos de angustia.
Confiarán en ti los que conocen tu nombre,
porque no abandonas a los que te buscan.
(Salmo 9, 10)

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

I. PREPARAR LA ORACIÓN:

- Pasa unos minutos serenándote.
- Hazte consciente de la presencia amorosa de Dios. Él está contigo.
- Exprésale, cuál es el deseo profundo de tu corazón.

2. LECTURA DE LA PALABRA:

- Lee despacio el pasaje de la Escritura.
- Dios nos habla por medio de la Palabra. Debemos escuchar con el corazón abierto.
- No hay prisa. Se trata de gustar de la Palabra para conocer al Señor que nos habla por medio de ella.

PALABRA DE DIOS: Mc 2, 1-12 (Mt 9, 2-8; Lc 5, 17-26)

Entró de nuevo en Cafarnaún y, pasados unos días, se supo que estaba en casa. Se congregaron tantos que ya no se cabía ni a la puerta, y él les exponía el mensaje.

Llegaron llevándole un paralítico transportado entre cuatro. Como no podían acercárselo por causa de la multitud, levantaron el techo del lugar donde él estaba, abrieron un boquete y descolgaron la camilla donde yacía el paralítico.

Viendo Jesús la fe que tenían, le dice al paralítico:

—Hijo, se te perdonan tus pecados.

Pero estaban sentados allí unos letrados y empezaron a razonar en su interior:

—¿Cómo habla éste así? ¡Está blasfemando! ¿Quién puede perdonar pecados más que Dios?

Jesús, intuyendo cómo razonaban dentro de ellos, les dijo al momento:

¿Por qué razonáis así? ¿Qué es más fácil, decirle al paralítico “se te perdo-

nan tus pecados” o decirle “levántate carga con tu camilla y echa a andar? Pues para que veáis que el Hijo del Hombre tiene autoridad en la tierra para perdonar los pecados...— le dice al paralítico:

—A ti te digo: Levántate, carga con tu camilla y márchate a tu casa.

Se levantó, cargó en seguida con la camilla y salió a la vista de todos. Todos se quedaron atónitos y alababan a Dios diciendo:

—Nunca hemos visto cosa igual.

3. COMPRENDER LA PALABRA:

- Nos hacemos estas preguntas: ¿Qué dice la Palabra? ¿Qué me dice a mí el texto como voluntario/a de Cáritas? ¿Quién me lo dice? ¿Cómo me lo dice? ¿Para qué me lo dice?

4. DIÁLOGO CON EL SEÑOR:

- La lectura de la Palabra te acerca a Jesús para hablar con Él. La Palabra ilumina tu realidad de voluntario/a de Cáritas.
- Hoy Jesús te dice: —**A ti te digo: Levántate.** Levántate de tus desilusiones, cansancios, oscuridades en la tarea de voluntario/a de Cáritas
- En silencio, pide al Señor, que sea Él, el que te enseñe, cómo consolar y ayudar a los necesitados.

5. EL COMPROMISO:

- Lee el texto del Salmo 9, que hay al principio, y piensa, qué compromiso te pide, hoy el Señor, en tu misión de voluntario/a de Cáritas.

6. ORACIÓN FINAL:

SALMO 145

Que tus criaturas te den gracias, Señor.

Yo te ensalzo, mi Rey, Dios mío,
te bendeciré por siempre jamás.
Quiero bendecirte todos los días.

El Señor es clemente y compasivo,
paciente y misericordioso.

El Señor es bondadoso con todos.
A todas sus criaturas alcanza su ternura.

Que tus criaturas te den gracias, Señor,
y tus fieles te bendigan.

El Señor sostiene a los que caen,
y levanta a los humildes.

“Te doy gracias, Padre, Señor del cielo y tierra,
porque has escondido estas cosas a los sabios y entendidos y la
has revelado a la gente sencilla.
(Mateo 11, 25)

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

1. PREPARAR LA ORACIÓN:

- Pasa unos minutos serenándote.
- Hazte consciente de la presencia amorosa de Dios. Él está contigo.
- Exprésale, cuál es el deseo profundo de tu corazón.

2. LECTURA DE LA PALABRA:

- Lee despacio el pasaje de la Escritura.
- Dios te habla por medio de la Palabra. Debemos escuchar con el corazón abierto.
- No hay prisa. Se trata de gustar de la Palabra para conocer al Señor que te habla por medio de ella.

PALABRA DE DIOS: Mt 18, 1-5 (Mc 9, 33-37; Lc 9, 46-48)

En aquel tiempo se acercaron los discípulos a Jesús y le preguntaron:

—Vamos a ver, ¿quién es más grande en el reino de Dios?

Él llamó a un chiquillo, lo puso en medio y dijo:

—Os aseguro que si no cambiáis y os hacéis como estos chiquillos, no entraréis en el reino de Dios; o sea, que cualquiera que se haga tan poca cosa como el chiquillo éste, éste es el más grande en el reino de Dios; y el que acoge a un chiquillo como éste por causa mía, me acoge a mí.

3. COMPRENDER LA PALABRA:

- Nos hacemos estas preguntas: ¿Qué dice la Palabra? ¿Qué me dice a mí el texto como voluntario/a de Cáritas? ¿Quién me lo dice? ¿Cómo me lo dice? ¿Para qué me lo dice?

4. DIÁLOGO CON EL SEÑOR:

- La lectura de la Palabra te acerca a Jesús para hablar con Él. La Palabra ilumina tu realidad de voluntario/a de Cáritas. ¿Quién es el más grande en el Reino de Dios? Los insignificantes para esta sociedad, los más humildes, los pequeños, los que no cuentan.
- En silencio, pide al Señor que te conceda una actitud humilde y sencilla. Que sepas acoger a los más humildes y pequeños, con generosidad

5. EL COMPROMISO:

- Lee el texto de Mateo que hay al principio, y descubre la actitud y predilección de Jesús por “la gente sencilla”

6. INTERIORIZAMOS:

Señor, no tienes manos.

Jesús, no tiene manos.
Tiene sólo nuestras manos para construir
un mundo donde habite la justicia.

Jesús, no tiene pies.
Tiene sólo nuestros pies para poner
en marcha la libertad y el amor.

Jesús, no tiene labios.
Tiene sólo nuestros labios para anunciar
por el mundo la Buena Noticia de los pobres.

Jesús, no tiene medios.
Tiene sólo nuestra acción para lograr
que todos los hombres sean hermanos.

Jesús, danos tu fuerza para desarrollar
nuestras cualidades y hacer el bien a todos.

(Anónimo)

6. COMPARTE LA EXPERIENCIA VIVIDA EN ESTE RATO DE ORACIÓN:

- Con palabras breves y sencillas puedes expresar, cómo te ha ido en este rato de oración.

8. ACCIÓN DE GRACIAS:

- Agradece al Señor este rato de oración.

9 LA MIRADA COMPLACIDA DE JESÚS HACIA EL POBRE

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

1. AL COMENZAR LA ORACIÓN:

“Yo confío en el Señor;
tu misericordia sea mi gozo y mi alegría.
Te has fijado en mi aflicción,
velas por mi vida”
(Salmo 30, 7)

2. INVOCAR AL ESPÍRITU:

- Nos dice San Pablo: “El Espíritu viene en ayuda de nuestra flaqueza, porque no sabemos lo que nos conviene, pero el mismo Espíritu intercede por nosotros” (Romanos 8, 26).

3. LECTURA DE LA PALABRA:

- Lee con atención el texto evangélico. Cada frase, cada palabra tienen un sentido para nuestra vida y, también para nuestra misión de voluntarios/as de Cáritas.

PALABRA DE DIOS: Mc 12, 41-44 (Lc 21, 1-4)

Se sentó en frente de la Sala del Tesoro y observaba cómo la gente iba echando monedas en el tesoro; muchos ricos echaban en cantidad. Llegó una viuda pobre y echó dos ochavos que hacen un cuarto. Convocando a sus discípulos les dijo:

—Esa viuda pobre ha echado en el tesoro más que nadie, os lo aseguro. Porque todos han echado de lo que les sobra; ella, en cambio, sacándolo de su falta, ha echado todo lo que tenía, todos sus medios de vida.

4. MEDITAR:

- Ver qué dice el texto para mí. Y para el grupo. Contemplar la mirada complacida de Jesús hacia la pobre viuda. Entre la multitud de personas importantes, que entran al templo y echan mucho dinero, Jesús se complace en mirar a esa viuda que “ha echado todo lo que tenía”. Aprender de esa actitud de Jesús y de la generosidad de la pobre viuda.

5. ORAR:

- Ante lo que Jesús te dice, a través del texto, ¿qué le respondes? Puedes, alabar, pedir, dar gracias, adorar, repetir una frase o una palabra. En definitiva, acércate a Jesús y habla con Él con sencillez y confianza.

6. CONTEMPLAR:

- En silencio, acércate al misterio de la Palabra de Dios que hoy te habla de predilección por los más pobres.

7. COMPROMETERSE:

- Concreta con tu grupo de Cáritas un compromiso individual y colectivo que pueda sembrar paz en las personas que nos piden ayuda.

8. COMPARTIR:

- Con palabras breves y sencillas expresa, cómo te ha ido en este rato de oración

9. DAR GRACIAS:

- Por nuestra fe, por la Palabra, por este rato de oración. Dar gracias por nuestra vocación de voluntarios/as de Cáritas. Por la misión que se nos ha encomendado. Dar gracias por todo aquello que salga de nuestro corazón, como la familia, los hijos, el alimento, la vida, la alegría, la paz...

10. ORACIÓN FINAL:

SALMO 24

Señor, enséñame tus caminos.

Señor, enséñame tus caminos, instrúyeme en tus sendas.
Haz que camine con lealtad; enséñame,
porque tú eres mi Dios y Salvador,
y todo el día te estoy esperando.

Recuerda, Señor, que tu ternura y tu misericordia son eternas.
Guarda mi vida y líbrame,
no quede yo defraudado de haber acudido a ti.
La inocencia y la rectitud me protegerán,
porque espero en ti.

10 LA FUERZA DE LA FE: VICTORIA SOBRE LA ENFERMEDAD Y LA MUERTE

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

1ª PARTE: NOS PREPARAMOS PARA LA ORACIÓN

- Busca un lugar silencioso Ponte en una postura que te ayude a orar. La armonía del cuerpo y del espíritu son esenciales.
- Pasa unos minutos serenándote. Hazte consciente de la presencia amorosa de Dios. Él está contigo.
- Exprésale cual es el deseo profundo de tu corazón.

2ª PARTE: LA ORACIÓN

- Lee despacio el pasaje de la Biblia.

PALABRA DE DIOS: Lc 8, 40-56 (Mc 5, 21-42; Mt 9, 18-19)

Al regresar Jesús la multitud le dio la bienvenida, pues todos estaban aguardándolo. En esto llegó un hombre llamado Jairo, que era jefe de la sinagoga, y se echó a los pies de Jesús suplicándole que fuera a su casa, porque tenía una hija única, de doce años, y se estaba muriendo.

Mientras iba de camino, las multitudes lo asfixiaban. Una mujer que padecía flujos de sangre desde hacía doce años y que había malgastado toda su fortuna en médicos sin que ninguno pudiera curarla, se acercó y le tocó por detrás el borde del manto; en el acto se le cortaron los flujos. Jesús preguntó:

—¿Quién me ha tocado?

Mientras todos le decían que ellos no, le repuso Pedro:

—¡Señor, si las multitudes te aprietan y te estrujan!

Pero Jesús dijo:

—Alguien me ha tocado, porque he sentido que una fuerza salía de mí.

Viendo la mujer que no había pasado inadvertida, se acercó temblorosa, se postró ante él y explicó delante de todo el pueblo por qué motivo lo había tocado y cómo se había curado en el acto. Él le dijo:

—Hija, tu fe te ha salvado; vete en paz.

Aún estaba hablando, cuando llegó uno de casa del jefe de la sinagoga a decirle:

—Tu hija ha muerto; no molestes más al Maestro.

Pero Jesús lo oyó y le repuso:

—No temas; basta que tengas fe y se salvará.

Al llegar a la casa, no dejó entrar con él más que a Pedro, a Juan y a Santia-

go, y al padre y a la madre de la niña. Todos lloraban y hacían duelo por ella. Pero él dijo:

—No lloréis, que no ha muerto, está durmiendo.

Todos se reían de él, sabiendo que había muerto.

Pero él la cogió de la mano y la llamó diciendo:

—Niña, levántate.

Le volvió el aliento y se puso en pie al instante: él mandó que le dieran de comer. Sus padres se quedaron atónitos, pero Jesús les ordenó que no dijeran a nadie lo sucedido.

- Vuelve a leer el texto y párate, cuando algo te llame la atención: alguna palabra, algún gesto, alguna acción, que veas en Jesús, en los discípulos y en la multitud. Saboréalo en tu corazón.
- Responde desde tu interior: ¿Qué te está diciendo, hoy, a ti, este texto? ¿Cuál es tu respuesta a la llamada, que Dios te hace hoy?
- Concreta tu compromiso personal y con tu grupo de Cáritas.

3ª PARTE: COMPARTIR

- En esta oración, es importante compartir las acciones y las palabras de Jesús.
- Hay dos frases claves en el texto evangélico: —**Hija, tu fe te ha salvado; vete en paz.** y, —**Niña, levántate.**
- ¿Cómo resuenan en tu corazón estas palabras?
- Comenta la actitud de fe, de la mujer enferma y la acción liberadora de Jesús.

4ª PARTE: DAR GRACIAS

SALMO 39

**Yo esperaba con ansia al Señor:
Él se inclinó y escuchó mi grito.**

Alégrense y gocen contigo,
todos los que te buscan;
Digan siempre: “Grande es el Señor”,
los que desean tu salvación.

Yo soy pobre y desgraciado,
pero el Señor se cuida de mí;
Tú eres mi auxilio y mi liberación:
Dios mío, no tardes.

11 MUJER, ¡QUÉ GRANDE ES TU FE!

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

I. PREPARACIÓN:

- Empieza este rato de oración pidiendo a Dios Padre, que te envíe su Espíritu para que brote, en tu ser más profundo, lo que Él desea para ti en este rato de oración.
- Ponte en una postura cómoda, que te permita estar alerta.
- Procura hacerte **consciente de la presencia amorosa de Dios** dentro y fuera de ti, de su amor incondicional.

2. SUGERENCIAS PARA LA ORACIÓN:

- Lee la Palabra. Intenta imaginarte la escena como si tú estuvieras allí mismo participando del acontecimiento. **Quédate en la escena** que se desarrolla. El Espíritu Santo usará tu imaginación para llevarte a un encuentro personal con Jesús.

PALABRA DE DIOS: Mt 15, 21-28 (Mc 7, 24-30)

Jesús se retiró al País de Tiro y Sidón. Y hubo una mujer cananea, de aquella región que salió y se puso a gritarle:

—Señor, Hijo de David, ten compasión de mí. Mi hija tiene un demonio muy malo.

Él no le contestó palabra. Entonces los discípulos se le acercaron a rogarle:

—Atiéndela, que viene detrás gritando.

Él les replicó:

—Me han enviado sólo para las ovejas descarriadas de Israel.

Ella los alcanzó y se puso a suplicarle:

—¡Socorro, Señor!

Jesús le contestó:

—No está bien quitarle el pan a los hijos para echárselo a los perros.

Pero ella repuso:

—Anda, Señor, que también los perros se comen las migajas que caen de la mesa de sus amos.

Jesús le dijo:

—¡Qué grande es tu fe, mujer! Que se cumpla lo que deseas. En aquel momento quedó curada su hija.

- Contempla a esta mujer extranjera, que se acerca a Jesús y le ruega, con insistencia, que cure a su hija.
- Deja que Jesús se te haga presente, que te hable. Hoy también quiere decirte estas palabras: **¡Qué grande es tu fe! Que se cumpla lo que deseas.**
- ¿Qué sientes? ¿Cómo respondes a su presencia, a su contacto, a su palabra, a su cercanía?
- Sencillamente, deja que Jesús sea para ti, lo que Él desea ser en este momento de tu vida.
- Respóndele a Jesús. Respóndele según te guíe su Espíritu. Deja que el Espíritu ore en ti y a través de ti. Permite que el Espíritu te conduzca a la intimidad con Jesús y a un **mayor compromiso con los hermanos.**

3. CONCLUSIÓN:

- Comparte con palabras sencillas la experiencia de esta oración.
- Termina dando gracias,

4. ORACIÓN FINAL:

SALMO 70

Dios mío, ven aprisa a socorrerme.

A ti, Señor, me acojo:
inclina a mí tu oído y sálvame.

Sé tú mi roca de refugio,
el alcázar donde me salve,
porque mi peña y mi alcázar eres tú.

Tú, Dios mío, fuiste mi esperanza y mi confianza.
En el vientre materno ya me apoyaba en ti,
en el seno, tú me sostenías. Siempre he confiado en ti.

Muchos me miraban como a un milagro,
porque tú eras mi fuerte refugio.
Llena está mi boca de tu alabanza
y de tu gloria, todo el día.

12 ¿QUÉ QUIERES QUE HAGA POR TI?

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

I. LECTURA DE LA PALABRA: ¿QUÉ DICE EL TEXTO?

- Invoca al Espíritu para que te ayude a penetrar el sentido de la Palabra.
- Toma conciencia de la realidad en la que vives y la realidad de tu colaboración con la tarea de Cáritas. La lectura de la Palabra te hará ver la realidad desde la mirada misericordiosa de Dios.

PALABRA DE DIOS: Mc 10, 46-52 (Mt 20, 29-34; Lc 18, 35-43)

Cuando salía de Jericó con sus discípulos y una considerable multitud de gente, el hijo de Timeo, Bartimeo, ciego, estaba sentado junto al camino pidiendo limosna.

Al oír que era Jesús Nazareno, empezó a gritar:

—Hijo de David, Jesús, ten compasión de mí.

Muchos le intimaban a que guardase silencio, pero él gritaba más y más.

—Hijo de David, ten compasión de mí.

Jesús se detuvo y dijo:

—Llamadlo.

Llamaron al ciego diciéndole:

—Ánimo, levántate, que te llama.

Él tiró a un lado el manto, se puso en pie de un salto y se acercó a Jesús.

Entonces Jesús le preguntó:

—¿Qué quieres que haga por ti?

El ciego le contestó:

Maestro, que recobre la vista.

Jesús le dijo:

—Vete, tu fe te ha salvado.

Inmediatamente recobró la vista y lo seguía en el camino.

- Recuerda las palabras que acabas de leer. Dios despierta todos tus sentidos para que la Palabra llegue a lo más profundo de tu corazón.
- ¿Qué dice el texto? ¿Qué circunstancias rodean la actitud de Jesús para curar al ciego Bartimeo?

- Escucha, de la boca de Jesús, estas palabras dirigidas a ti y a tu grupo: **¿Qué quieres que haga por ti? ¿Qué quieres que haga por el grupo?**
- Preséntale a Jesús tus inquietudes y tu trabajo de voluntario/a en Cáritas

2. MEDITACIÓN: ¿QUÉ ME DICE EL TEXTO?

- Actualizar el texto. Situaciones reales, que vivo en mi trabajo como voluntario/a en Cáritas.

Pide al Señor por las personas necesitadas que vienen a nuestra Parroquia.

3. ORACIÓN: ¿CUÁL ES MI RESPUESTA A PARTIR DEL TEXTO?

- En silencio, vuelve a leer el texto de la Palabra y descubre la llamada que nos hace el Señor, personalmente y en grupo.

Concreta en el grupo un compromiso en relación a la tarea en Cáritas

5. CONTEMPLACIÓN: ACERCARSE AL MISTERIO DE DIOS.

- Ora con un salmo u oración que te acerque al misterio de Dios.
- Mira la realidad en la que vives y la realidad de tu colaboración con la tarea de Cáritas, con los ojos misericordiosos de Dios.
- Selecciona una frase del salmo o del texto evangélico para repetirla, en tu oración personal.

6. ORACIÓN FINAL

SALMO 120

**El auxilio me viene del Señor,
que hizo el cielo y la tierra.**

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.

13 SEÑOR, YO NO SOY DIGNO DE QUE ENTRES BAJO MI TECHO

“Señor, yo no soy digno de que entres en mi casa. Mas di una palabra tuya, y mi alma quedará sana.”

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

I. TU PALABRA ME DA VIDA:

- La Palabra de Dios viene a iluminarte y a iluminar tu realidad.
- Procura tener una postura cómoda y serénate para la escucha de la Palabra.
- Siente la presencia amorosa de Dios Padre. Él está contigo.
- En silencio, repite alguna de estas frases de la Escritura: **“Sé de quien me he fiado” “¿Quién me separará del amor de Cristo?” “Todo lo puedo en aquel que me conforta” “Creo Señor, pero aumenta mi fe” “Ilumíname Señor con tu Espíritu” “El Señor es mi Pastor. Nada me puede faltar”**
- Pide al Señor gracia, para que este rato de oración sea de cercanía a Él y de compromiso con los hermanos.

2. LECTURA DE LA PALABRA:

- Lee atentamente el texto de la Palabra de Dios. **Escucha a Dios que te habla.** No se trata de “entender” el significado de las frases que estás leyendo.
- Lo importante es ver: **¿Qué me está queriendo decir hoy el Señor? ¿Qué nuevo compromiso me está proponiendo hoy la Palabra? ¿Qué nuevo sentido tengo que darle a mi vida?**

PALABRA DE DIOS: Mt 8, 5-11 (Lc 7, 2-10)

Al entrar en Cafarnaún se le acercó un centurión rogándole:

—Señor, mi criado está echado en casa con parálisis, sufriendo terriblemente. Jesús le contestó:

—Voy yo a curarlo.

El centurión le replicó:

—Señor, yo no soy quién para que entres bajo mi techo, pero basta una palabra tuya para que mi criado se cure. Porque yo, que estoy bajo la auto-

ridad de otros, tengo soldados a mis órdenes, y si le digo a uno que se vaya, se va; o a otro que venga, viene; y si le digo a mi siervo que haga algo, lo hace.

Al oír esto, Jesús dijo admirado a los que lo seguían:

—Os aseguro que en ningún israelita he encontrado tanta fe.

3. “MARÍA GUARDABA, FIELMENTE EN SU CORAZÓN, TODOS ESTOS RECUERDOS” Lc 2, 51

- Guarda en tu corazón la Palabra que acabas de leer. Descubre, mira, escucha. Déjate impresionar.
- Siente, cómo Jesús hoy, quiere ir a tu casa. ¿Cuál es tu actitud?
- Haz reflexiones sencillas. Puedes repetir la frase del centurión: **Señor, yo no soy quién para que entres bajo mi techo.**
- Vuelve a sentir la presencia amorosa de Dios. Él está contigo.

4. “ASÍ, PUES, DEBE BRILLAR VUESTRA LUZ ENTRE LOS HOM- BRES...” Mt 5, 16

- Concreta algún compromiso que transforme tu vida y tu trabajo de voluntario/a en Cáritas.
- La oración debe iluminar tu realidad y ayudarte al compromiso con los hermanos.

5. “...Y CON UN MISMO ESPÍRITU COMPARTÍAN... CON ALEGRÍA Y SENCILLEZ” Hch 2, 46

- Con palabras sencillas cuenta tu experiencia de la oración. No es necesario decir muchas palabras. Sólo aquello que te haya ayudado.

6. ACCIÓN DE GRACIAS:

SALMO 135

Dad gracias al Señor porque es bueno, porque es eterna su misericordia

Dad gracias al Señor porque es bueno, porque es eterna su misericordia.

Dad gracias al Dios de los dioses: porque es eterna su misericordia.

Dad gracias al Señor de los señores: porque es eterna su misericordia.

14 SEREMOS JUZGADOS POR EL AMOR

Tú has creado mis entrañas,
me has tejido en el seno materno.
Te doy gracias,
porque me has escogido portentosamente,
porque son admirables tus obras.
(Salmo 138, 13)

(Una persona del grupo puede dirigir la oración. Lee despacio cada punto dejando pequeños espacios de silencio para interiorizar la Palabra. La lectura del pasaje de la Escritura la puede hacer otra persona)

1. PREPARAR LA ORACIÓN:

- Pasa unos minutos serenándote.
- Hazte consciente de la presencia amorosa de Dios. Él está contigo. Exprésale, cuál es el deseo profundo de tu corazón.

2. LECTURA DE LA PALABRA:

- Lee despacio el pasaje de la Escritura. Dios nos habla por medio de la Palabra. Debemos escuchar con el corazón abierto.
- No hay prisa. Se trata de gustar de la Palabra para conocer al Señor que nos habla por medio de ella.

PALABRA DE DIOS: Mt 25, 31-40

Cuando el Hijo del Hombre llegue en su gloria acompañado de todos sus ángeles, se sentará en su trono real y reunirá ante él todas las naciones. Él separará a unos de otros, como un pastor separa las ovejas de las cabras, y pondrá a las ovejas a su derecha y a las cabras a su izquierda. Entonces dirá el rey a los de su derecha:

—Venid benditos de mi Padre; heredad el reino preparado para vosotros desde la creación del mundo.

Porque tuve hambre y me disteis de comer.

Tuve sed y me disteis de beber.

Fui forastero y me recogisteis.

Estuve desnudo y me vestisteis.

Enfermo y me visitasteis.

Estuve en la cárcel y fuisteis a verme.

Entonces los justos replicarán:

—Señor, ¿cuándo te vimos con hambre y te dimos de comer o con sed y te dimos de beber?

—¿Cuándo llegaste como forastero y te recogimos o desnudo y te vestimos?

—¿Cuándo estuviste enfermo o en la cárcel y fuimos a verte?

Y el rey les contestará:

Os lo aseguro: Cada vez que lo hicisteis con uno de esos hermanos míos lo hicisteis conmigo.

3. COMPRENDER LA PALABRA:

- Nos hacemos estas preguntas: ¿Qué dice la Palabra? ¿Qué me dice a mí el texto como voluntario/a de Cáritas? ¿Quién me lo dice? ¿Cómo me lo dice? ¿Para qué me lo dice?

4. DIÁLOGO CON EL SEÑOR:

- La lectura de la Palabra te acerca a Jesús para hablar con Él. La Palabra ilumina tu realidad de voluntario/a de Cáritas. “Seremos juzgados por el amor” El Señor nos dirá: **Cada vez que lo hicisteis con uno de esos hermanos míos lo hicisteis conmigo.**
- En silencio, agradece a Jesús la tarea en Cáritas. Agradece, también, la posibilidad de hacer vida, las palabras de este Evangelio.
- Pide al Señor fuerza, alegría y ánimo para realizar tu trabajo con amor. Nos dice San Pablo: “... aunque repartiera todos mis bienes a los pobres, si no tengo amor, nada soy” (1 Cor 13,3)

5. EL COMPROMISO:

- Concreta algún compromiso individual y colectivo, que pueda sembrar paz en las personas que nos piden ayuda.

CANTOS PARA PARA APOYAR LOS GUIONES

1 1. Tú has venido a la orilla,
no has buscado
ni a sabios ni a ricos,
tan sólo quieres que yo te siga.

**Señor, me has mirado a los ojos,
sonriendo has dicho mi nombre.
En la arena he dejado mi barca,
junto a ti buscaré otro mar.**

2. Tú sabes bien lo que tengo,
en mi barca no hay oro ni espada,
tan sólo redes y mi trabajo.

3. Tú necesitas mis manos,
mi cansancio, que a otros descansen;
amor que quiera seguir amando.

3 **Donde hay caridad y amor,
Allí está el Señor (2)**

1. Una sala y una mesa,
una copa, vino y pan.
Los hermanos compartiendo
en amor y en unidad.

2. Nos reúne la presencia,
y el recuerdo del Señor.
Celebramos su memoria
y la entrega de su amor.

5 **Cristo nos da la libertad,
Cristo nos da la salvación,
Cristo nos da la esperanza,
Cristo nos da el amor.**

Cuando luche por la paz
y la verdad,
la encontraré;
cuando cargue
con la cruz de los demás,
me salvaré.

**Dame, Señor, tu palabra;
oye, Señor, mi oración.**

2 **Vienen con alegría, Señor,
cantando
vienen con alegría, Señor,
los que caminan
por la vida, Señor,
sembrando tu paz y amor.**

Vienen trayendo la esperanza
a un mundo cargado de ansiedad.
A un mundo que busca
y que no alcanza
caminos de amor y de amistad.

4 **Cristo te necesita para amar,
para amar,
Cristo te necesita para amar.**

**No te importen las razas
ni el color de la piel,
ama a todos como hermanos
y haz el bien.**

6 **Libertador de Nazaret,
ven junto a mí. (2)
Libertador de Nazaret
¿qué puedo hacer sin Ti?**

Yo sé que eres camino,
que eres la vida y la verdad;
Yo sé que el que te sigue
sabe a dónde va.

Quiero vivir tu vida,
seguir tus huellas, tener tu luz,
quiero beber tu cáliz,
quiero llevar tu cruz.

7 **Caminaré en presencia del
Señor (2)**

Amo al Señor
porque escucha mi voz suplicante,
porque inclina su oído hacia mí
el día que lo invoco.

El Señor es benigno y justo,
Nuestro Dios es compasivo.
El Señor guarda a los sencillos,
estando yo sin fuerzas me salvó.

9 **Cuando el pobre nada tiene
y aún reparte,
cuando un hombre pasa sed
y agua nos da,
cuando el débil a su hermano
fortalece.**

**Va Dios mismo en nuestro
mismo caminar (2)**

Cuando abunda el bien
y llena los hogares,
cuando un hombre
donde hay guerra pone paz,
cuando hermano le llamamos
al extraño.

**Va Dios mismo en nuestro
mismo caminar (2)**

11 **Danos un corazón
grande para amar.
Danos un corazón
fuerte para luchar.**

Hombres nuevos
creadores de la historia,
constructores
de nueva humanidad.

Hombres nuevos
que viven la existencia,

8 **Gracias quiero darte por
amarme,
gracias quiero darte
hoy a ti, Señor.
Hoy soy feliz porque te conocí.
Gracias por amarme a mí
también.**

Yo quiero ser, Señor amado,
como el barro
en manos del alfarero.
Toma mi vida, hazla de nuevo.
Yo quiero ser un vaso nuevo.

10 **El Señor es mi fuerza,
mi roca y salvación**

1. Tú me guías
por sendas de justicia,
me enseñas la verdad.
Tú me das el valor para la lucha,
sin miedo avanzaré.

2. Yo confío
el destino de mi vida,
al Dios de mi salud.
A los pobres enseñas el camino,
su escudo eres tú.

como riesgo
de un largo caminar.

Hombres nuevos
amando sin fronteras,
por encima de razas y lugar.

Hombres nuevos,
al lado de los pobres,
compartiendo
con ellos techo y pan.

12 El Señor es mi luz y mi salvación.
El Señor es la defensa de mi vida.

Si el Señor es mi luz,
¿a quién temeré?
¿Quién me hará temblar?

Una cosa pido al Señor:
habitar por siempre en su casa,
gozar de la dulzura del Señor
contemplado su templo santo.

14 Con vosotros está
y no le conocéis.
Con vosotros está,
su nombre es “El Señor”.

1. Su nombre es “El Señor”
y pasa hambre,
y clama por la boca del hambriento,
y muchos que lo ven pasan de largo
acaso por llegar temprano al templo.
Su nombre es “El Señor”
y sed soporta,
y está en quien de justicia va sediento,
y muchos que lo ven pasan de largo,
a veces ocupados en sus rezos.

2. Su nombre es “El Señor”
y está desnudo,
la ausencia del amor hiela sus huesos,

13 Tu palabra me da vida,
confío en ti, Señor.
Tu palabra es eterna,
en ella esperaré.

Éste es mi consuelo en la tristeza,
sentir que tu palabra me da vida.
Por las noches me acuerdo de tu nombre,
recorriendo tu camino dame vida.

y muchos que lo ven pasan de largo,
seguros y al calor de su dinero.

Su nombre es “El Señor”
y enfermo vive,
y su agonía es la del enfermo,
y muchos que lo saben no hacen caso,
tal vez no frecuentaba mucho el templo.

3. Su nombre es “El Señor”,
y está en la cárcel,
está en la soledad de cada preso,
y nadie lo visita, y hasta dicen:
“Tal vez ése no era de los nuestros.”

4. Su nombre es “El Señor”,
el que sed tiene,
Él pide por la boca del hambriento,
está preso, esta enfermo, está desnudo,
pero Él nos va juzgar por todo eso.

BIBLIOGRAFÍA

- Aleixandre Dolores, RSCJ , *Iniciar en la oración*, ed. CCS, Madrid 2004
- Aleixandre Dolores, RSCJ , *Contar a Jesús*, Lectura orante de 24 textos del Evangelio, ed. CCS, Madrid 2005
- Aleixandre Dolores, RSCJ, *Los salmos, un libro para orar*, ed. CCS, Madrid 2007
- Aleixandre Dolores, RSCJ, *Compañeros de camino*, Iconos bíblicos para un itinerario de oración, ed. Sal Terrae, Santander 1995
- Green Thomas H. S J, *Cuando el pozo se seca*, La oración más allá de los comienzos, ed. Sal Terrae
- Grün Anselm, *La sabiduría de los padres del desierto*, ed. Sígueme, Salamanca 2003
- Grupo Herramientas Nueve, Boffill Eulalia María, *Qué es...La ORACIÓN*, ed. Paulinas, Madrid 1996
- Grupo Herramientas Nueve, Somoza Ramos Arturo, *Qué es...LA LECTIO DIVINA*, ed. Paulinas, Madrid 1996
- Grupo Herramientas Nueve, Colomba Fuentes Ch., *Qué es...EL PADRE NUESTRO*, ed. Paulinas, Madrid 1996
- Herráiz García Maximiliano O.C.D., *La oración, historia de amistad*, ed. Espiritualidad, Madrid 1995
- Nolan Albert OP, *Jesús, hoy*, Una espiritualidad de libertad radical, ed. Sal Terrae Colección: Presencia teológica nº 157, Santander 2007

- Mester Carlos y Equipo Bíblico CRB, Adaptación: La Casa de la Biblia, *Lectura orante de la Biblia*, ed. Verbo Divino, Estella (Navarra) 2000
- Monjes de la Iglesia de Oriente, *Amor sin límites*, ed. Narcea, Madrid 1991
- Philippe Jacques, *Tiempo para Dios*, Guía para la vida de oración, PATMOS, libros de espiritualidad, ed. Rialp, S.A. Madrid 2004
- Rahner Karl, *De la necesidad y don de la oración*, ed. Mensajero, Bilbao 2004
- Sesboüé Bernard, *Creer. Invitación a la fe católica para las mujeres y los hombres del siglo XXI*, ed. San Pablo, París 1999