

Invitación de **Cáritas** para **ORAR** personalmente, en Familia, o en Comunidad  
*Os proponemos uniros a la oración de Cáritas para rezar juntos (o unidos en espíritu desde la distancia), para ser cada vez mejores instrumentos en manos de Dios, que hacen visible y palpable la Caridad y la Fraternidad allí donde están.*

Comenzamos poniéndonos en presencia de nuestro Padre-Madre Dios que nos ha engendrado, de su Hijo Jesús que no deja de darnos Vida Resucitada, y del Espíritu Santo que nos envuelve y guía dándonos fortaleza. Dejamos un tiempo sosegado para poder percibir esta presencia en el silencio de nuestro corazón. Luego, leemos estas citas evangélicas, y dejamos un tiempo de silencio para escuchar los ecos que te producen.

**“Te aseguro que todo lo que hayas hecho en favor del más humilde de mis hermanos, a mí me lo has hecho”.** Mt 25,40 **“Ama a tu prójimo como a ti mismo”.** Mc 12,29-31 **“Sed misericordiosos como Dios es misericordioso”.** (Lc 6,36)

*Lee con calma y pausadamente esta oración. Interiorízala. Habla a Jesús con ella...*

## **Danos un corazón para la entrega**

Recrea nuestro corazón, Espíritu del Dios de la Vida:  
danos un corazón que sepa compartir, entregarse,  
que no acumule “cosas”, sino que se llene de personas.

Danos un corazón que goce con quienes gozan  
que sufra con quienes sufren,  
que sea libre para liberar,  
que su absoluto sea Dios, Padre-Madre,  
y que considere relativo todo lo demás.

Danos un corazón que entienda de audacia  
para dar con nuevos caminos, que construya vida a su alrededor,  
que posibilite creatividad a raudales para sembrar vida.

Danos un corazón que viva en actitud de discernimiento,  
que tenga una profunda experiencia de Dios,  
que sea experto en humanidad,  
que se prolongue hacia los últimos,  
que haga palpable con sus obras, pequeños espacios de tu Reino.

Danos un corazón que sepa acoger la diferencia,  
que defienda la justicia, la vida, la paz,  
que tenga entrañas de misericordia,  
que viva comprometido con su prójimo herido.

Danos un corazón que sepa leer la vida como historia de Salvación,  
que anhele ardientemente el encuentro contigo.  
Que te busque en todo,  
que te encuentre y te contemple en las luces y en las sombras.

Un corazón que hable lenguaje de ternura,  
que mire al interior de las personas,  
que no se deje arrastrar por las apariencias,  
que escuche a las personas  
y trate a todos como un tesoro valioso donde tú habitas.

Danos una mirada creyente  
para descubrir tu presencia escondida  
en todas las cosas, acontecimientos y personas.



*Ahora, lee con calma estas dos oraciones. Deja que sus palabras resuenen en tu interior. Párate ante aquellas palabras que te calen más en lo hondo, ... y escucha lo que te sugieren o inspiran.*

### **Unirme a ti**

Quiero unirme a Ti, Señor, para que inundes mi corazón de amor,  
y me otorgues la fuerza para construir tu Reino  
ayudando a quien vive desamparado, excluido o necesitado,  
para que el mundo, con mis gestos sea más justo, solidario y fraterno.

Señor, que tu Espíritu Santo encienda mi corazón de amor,  
y me inspire diariamente actos de entrega generosa.  
Hoy quiero unirme especialmente en oración  
por las víctimas de tantas necesidades,  
de tanta pobreza, de tanta injusticia.

Señor, concédeme la gracia de que mis ojos  
estén repletos de misericordia  
para no juzgar a nadie,  
para ver en los demás la bondad que hay en su interior,  
para descubrir la belleza interior de las personas.

Hazme, Señor, siempre dócil a las necesidades ajenas,  
y no dejes que me recluya en mí mismo  
para no permanecer indiferente ante sus sufrimientos.  
Concédeme la gracia de amar y servir,  
con los ojos bien abiertos a la realidad que me rodea,  
y que por medio de tu Santo Espíritu



### **Ser tu fragancia**

Oh Jesús. Ayúdame a esparcir tu fragancia por donde quiera que vaya.  
Inunda mi alma con tu Espíritu y Vida.  
Penetra y posee todo mi ser tan completamente,  
que mi vida entera sea un resplandor de la Tuya.

Brilla a través de mí y permanece tan dentro de mí,  
que cada persona con que me encuentre  
pueda sentir tu presencia en la mía.

¡Permite que no me vean a mí sino solamente a Jesús!  
Quédate conmigo y empezaré a resplandecer como tú,  
a brillar tanto que pueda ser una luz para los demás.  
La luz, oh Jesús, vendrá toda de ti,  
nada de ella será mía;  
serás tú quien resplandezca sobre los demás a través de mí.

Brillando sobre quienes me rodean,  
permíteme alabarte como más te gusta.  
Permíteme predicarte sin predicar,  
no con palabras sino a través de mi ejemplo,  
a través de la fuerza atractiva,  
de la influencia armoniosa de todo lo que haga,  
de la inefable plenitud del amor que existe en mi corazón por ti.

*Podéis ahora dedicar un tiempo largo para hacer oración contemplativa ante un icono de Jesús. Y para terminar este momento de oración, podemos compartir con los que están con nosotros, algo de lo vivido en este espacio de oración, hacer alguna acción de gracias, alguna petición. Y concluir con el Padrenuestro.*

*(Lo valioso de la oración no es lo que le dices a Jesús, sino lo que ESCUCHAS que Él te dice al corazón.  
Que este momento te ayude a esto.)*