

Orar ante tu Cuerpo y Sangre

Junio 2023

Invitación de **Caritas** para **ORAR** personalmente, en Familia, o en Comunidad
Os proponemos uniros a la oración de Caritas 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 este texto de la Palabra de Dios, y dejamos un tiempo de silencio para escuchar lo que nos quieren decir.

Jesús les dijo: — Os aseguro que, si no coméis la carne del Hijo del hombre y no bebéis su sangre, no tendréis vida en vosotros. El que come mi carne y bebe mi sangre, tiene vida eterna, y yo lo resucitaré en el último día. Porque mi carne es verdadera comida y mi sangre es verdadera bebida. El que come mi carne y bebe mi sangre, habita en mí, y yo en él. *Jn 6,53-56*



(La única intención de los textos que vienen a continuación es que, tras leerlos, te ayuden a crear SILENCIO en tu interior. Te lleven a SILENCIAR tu mente... y ponerte en actitud de ESCUCHA CONTEMPLATIVA, fijos los ojos en ÁQUEL que te HABITA y AMA sin condiciones.)

Lee pausadamente esta oración. Hazla tuya. Deja que resuenen sus palabras en ti... y ora desde ellas...

Jesús, que por mí te has hecho hombre,
que por mí te has hecho Cuerpo y Sangre
para alimentarme y fortalecerme
con tu presencia en la Eucaristía,
te pido que, cada vez más intensamente,
te conozca internamente,
como un amigo conoce a un amigo,
para que más te ame, y más te siga.

Gracias, Jesús por querer habitar en mí,
en mi habitación más interior.
Gracias por haber venido a ocupar tu casa,
que desde siempre ha sido la tuya.
Acomódate, ponte a tu gusto, hazla tu hogar, nuestro hogar.
Eres el Señor de mi casa interior.
Estando Tú dentro, ¿a quién habrá que temer?
Enciende el fuego del hogar, e inflama nuestra morada.
No dejes que nada nos separe, que nadie se infiltre
y rompa el calor de este dulce encuentro.

Y desde mis adentros,
enséñame con tu palabra callada, a ser como Tú:
a amar con tu corazón,
a sentir con tus sentimientos,
a gastar y desgastar mi vida amando,
especialmente a los que son tus predilectos,
los más vulnerables,
los más frágiles,
los excluidos,
los sufrientes...
precisamente aquellos en quienes, realmente,
podemos tocar y sentir tu Cuerpo y Sangre encarnados.



El Cuerpo de Cristo, la Eucaristía, es la fuente del AMOR de Dios, que se derrama en nuestro corazón para ponerse en ACCIÓN. Lee estas oraciones, escucha el eco que te provocan, y ponte en silencio para percibir lo que el Espíritu te está susurrando en tus adentros.

Oración de 1Corintios13

Señor Jesús:

¿De qué nos sirve hablar las lenguas de los hombres y de los ángeles?
Si nos falta el amor,
sólo somos campanas que repican o platillos que hacen ruido.
¿De qué nos sirve comunicar mensajes en nombre de Dios,
penetrar todos los secretos y poseer la más profunda ciencia?
¿De qué nos vale tener toda la fe que se precisa para mover montañas?
Si nos falta el amor, nada somos.

¿De qué nos sirve entregar toda nuestra fortuna a los pobres, e incluso nuestro cuerpo a las llamas?
Si nos falta el amor, de nada nos aprovecha.
Tú nos enseñaste, Señor Jesús, que el amor es comprensivo y servicial: el amor nada sabe de envidias, de arrogancias, ni de orgullos.
No es grosero, no es egoísta, no se impacienta, no es rencoroso.
Lejos de alegrarse de la injusticia, encuentra su gozo en la verdad.
Disculpa sin límites, confía sin límites, espera sin límites, soporta sin límites.
Tú nos enseñaste, Señor Jesús, que el amor nunca muere.

Ahora, Señor, nuestro saber es limitado, limitada nuestra capacidad de hablar en nombre de Dios.
Mas cuando venga lo completo, desaparecerá lo que es limitado.
Entonces conoceremos del todo, como Dios mismo nos conoce.

Tres cosas hay, en fin, que permanecen: la fe, la esperanza y el amor.
De ellas, Señor Jesús, la más grande es el **AMOR**.

Oración Dame un corazón

Señor Jesús, que habitas en mí, ayúdame a vivir mi día a día, abierto a las necesidades de los demás, haciéndome prójimo de aquellos necesitados que encuentre en mi camino.
Dame un corazón atento, acogedor y sin prejuicios, sensible a los dolores y a los sufrimientos.
Que me comprometa, decidido, en la práctica del amor y la justicia.

Oración Enséñame a AMAR

Señor, cuando tenga hambre, dame alguien que necesite comida.
Cuando tenga sed, dame alguien que precise agua.
Cuando sienta frío, dame alguien que necesite calor.
Cuando sufra, dame alguien que necesita consuelo.
Cuando mi cruz parezca pesada, déjame compartir la cruz del otro.
Cuando me vea pobre, pon a mi lado algún necesitado.
Cuando no tenga tiempo, dame alguien que precise de mis minutos.
Cuando sufra humillación, dame ocasión para elogiar a alguien.
Cuando esté desanimado, dame alguien para darle nuevos ánimos.
Cuando quiera que los otros me comprendan, dame alguien que necesite de mi comprensión.
Cuando sienta necesidad de que cuiden de mí, dame alguien a quien pueda atender.
Cuando piense en mí mismo, vuelve mi atención hacia otra persona.

Haznos dignos, Señor, de servir a nuestros hermanos.
Dales, a través de nuestras manos, no sólo el pan de cada día, también nuestro amor misericordioso, imagen del tuyo.

Madre Teresa de Calcuta

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... el SILENCIO que se crea en ti. Que este momento te ayude a esto... y produzca sus frutos... "para esto sirve la oración, para que nazcan siempre obras, y más obras..., para tener fuerzas para servir" (Sta. Teresa de Jesús, Séptimas Moradas).