



Caritas
Diocesana de Valencia

Escuchar su VOZ

Enero 2024

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.

En aquellos días, Samuel estaba acostado en el templo del Señor, donde estaba el arca de Dios. El Señor llamó a Samuel, y él respondió: «Aquí estoy.» Fue corriendo a donde estaba Elí y le dijo: «Aquí estoy; vengo porque me has llamado.» Respondió Elí: «No te he llamado; vuelve a acostarte.» Samuel volvió a acostarse. Volvió a llamar el Señor a Samuel. Él se levantó y fue a donde estaba Elí y le dijo: «Aquí estoy; vengo porque me has llamado.» Respondió Elí: «No te he llamado, hijo mío; vuelve a acostarte.» Aún no conocía Samuel al Señor, pues no le había sido revelada la palabra del Señor. Por tercera vez llamó el Señor a Samuel, y él se fue a donde estaba Elí y le dijo: «Aquí estoy; vengo porque me has llamado.» El comprendió que era el Señor quien llamaba al muchacho, y dijo a Samuel: «Anda, acuéstate; y si te llama alguien, responde: "Habla, Señor, que tu siervo te escucha"» Samuel fue y se acostó en su sitio. El Señor se presentó y le llamó como antes: «¡Samuel, Samuel!» Él respondió: «Habla, Señor, que tu siervo te escucha.» Samuel crecía, y el Señor estaba con él; ninguna de sus palabras dejó de cumplirse. (1Sam 3, 3b-10.19)



(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 esta oración, interiorízala, hazla tuya. Y después, pon en práctica lo que se te propone en el recuadro siguiente, para tener ese momento de silencio interior.

Tan sólo con callar ya te encuentro,
tan sólo con callar ya me encuentras.
¡Qué sencillo y simple!
Tan sólo con callar.
¿Por qué siendo así, callar es tan difícil?

Tú estás aquí,
en mis adentros.
Y desde ahí me vives,
y desde ahí me susurras tus Palabras.
Apaga en mí, Señor,
todas las voces extrañas que ocultan tu palabra.

Libérame de mí mismo,
de mis sueños y deseos egoístas,
de mis miedos y estériles ansiedades.
Sáname desde lo profundo.
Ayúdame a quitar de mí,
todo lo que no sea de ti.

Que la plenitud de tu palabra
vaya apagando la pobreza de mis palabras,
vaya enmudeciendo sonidos y voces extrañas.
Y sea en las entrañas de este silencio
donde pueda vivir por siempre tu encuentro.

Te invitamos a hacer un tiempo de silencio interior, para estar a la escucha de lo que Dios te habla al corazón. Como ayuda para hacer este silencio interior, te propongo que tomes conciencia de tu respiración. Respira el aire como si al hacerlo, te llenaras de la presencia de Dios que te envuelve, y te va inundando por dentro poco a poco. Haz esto en cada respiración, y cuando sueltes el aire... hazlo como si pusieras tu vida en manos de Dios en cada expiración. Haz esto durante los primeros minutos... y sumérgete en es silencio que se crea en ti

Ahora, lee pausadamente esta oración. Hazla tuya para responder al Dios que te habla...Y entrégate a Él.

Aquí estoy Señor

Aquí estoy, Señor Jesús, respondiendo a tu llamada.

Mi gozo eres tú.

Quiero ser constructor de tu Reino,
junto a quienes también responden a tu llamada
y eres tú su gozo interior.

Quiero tener la confianza puesta en ti.

Mi anhelo es encontrarte siempre
en medio de la vida cotidiana,
y responder a tantas llamadas que ahí me haces,
porque en mi respuesta
siempre encuentro el gozo de estar en tu seguimiento.
Aquí me tienes, Señor Jesús, cuenta conmigo.

Quien te descubre ya no puede vivir como antes;
quien te ha visto, ya no puede negarte;
quien te ha sentido, ya no puede olvidarte.

Tú eres mi gozo,
porque te he visto, sentido y descubierto.
Tú eres mi gozo,
porque eres la perla preciosa, el tesoro escondido.
Tú eres mi gozo,
porque toda mi vida tiene sentido
desde tu PRESENCIA en mí y en todo lo que me rodea,
porque en Ti vivo, en Ti me muevo, y en Ti existo.

Quiero ser anunciador de tu Reino
con mis obras de amor comprometido.
Cuando algo tan grande como Tú, toca el corazón,
ya no es posible seguir viviendo como antes.
Aquí estoy, porque sé que me necesitas,
y te ofrezco lo mejor que tengo,
mi propia vida, la que tú me has regalado,
para que sea instrumento al servicio de tu Reino.

Con toda mi confianza puesta en ti,
sé que no debo poner toda la confianza
en mis propias fuerzas, sino en las tuyas.
Por eso acudo a ti,
porque si me falta valentía,
tú me darás coraje;
porque si me falta fe,
tú me la aumentarás;
porque si me falta el ánimo,
tú me darás ilusión, entusiasmo, esperanza;
porque contigo, Señor, cualquier cosa es posible.
Me pongo en tus manos.

Hágase en mí siempre según tu Palabra.



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).