

Espera "Orante": "Gota de Amor de Dios"

Seguro que te has preguntado: ¿Mi oración es buena, la hago bien, o pierdo el tiempo?

1º Dios es quien reza en mí.

Creemos que la oración depende sólo de mi esfuerzo, y decimos: "voy a hacer oración".

En la oración no soy yo quien reza a Dios, sino que es Dios quién viene y reza en mí.

2º La oración es saber, y no sentir.

En la oración queremos sentirnos bien y emocionarnos. Pero una cosa son nuestros sentimientos y sensaciones, y otra la oración.

La oración es estar con Dios, con la seguridad de que Él estará contigo, orando en ti. Lo sientas y te emociones. O, no sientas nada y estés distraído. Tranquilo. Él nunca falla.

3º "Gotas de Amor de Dios".

Si echas una gota de agua en un vaso y miras dentro, la verás o no, según tus ojos, tu sentido de la vista. Pero lo que es seguro es que la gota está dentro del vaso.

En toda oración Dios siempre pone una "Gota de Su Amor" en tu vida y tu corazón. La sientas (ver la gota) o no. Pero Él está en ti.

4º Sugerencia para orar bien.

Prepárate estando un poco tranquilo y sereno. Respirando despacio varias veces.

Para comenzar a orar bien tienes que invocar a Dios, llámalo: "Señor, ven y reza en mí." O a la Virgen: "Virgen María, ven..."

Y ten por seguro que Él viene y ora en ti.

Utiliza, sólo como ayuda, algún método de oración que conozcas. Y comienza a orar con fe, serenidad y confianza. Poco a poco.

Y, para terminar, reza, despacio, alguna oración: Padrenuestro, Avemaría, Gloria, ...

*Texto completo en Google:
"Gotas de Amor de Dios"*

Preparación en "Positivo" "Alabado seas mi Señor, por..."

¿Cómo siento a Dios en mi vida?

¿Por qué cosas de mi vida le doy gracias a Dios?

¿Cómo vivo y manifiesto mi amor a la Virgen María?

¿Qué es lo que más me ayuda en mi vida de oración?

¿Cómo y en qué siento mi amor y servicio a la Iglesia?

¿Cuál es mi mejor vivencia de la Eucaristía y el Perdón?

¿De qué manera me cuido y amo a mi mismo?

¿Cuáles son mis mayores virtudes y valores personales?

¿Cómo vivo mi amor al prójimo?

¿Qué es lo que más me ayuda a vivir mi propia vocación fielmente?

¿En qué me identifico más con la vocación y espiritualidad de Francisco y Clara?

¿Cuáles son mis mejores aportaciones a mi fraternidad y/o familia?



Retiro de Adviento Franciscano

Retiro de Adviento. Tiempo Fuerte para encontrarnos con Dios, desde Francisco, Clara y los hermanos y para "recargar las pilas".

Metodología del Retiro. Encuentro fraterno, con uno mismo y con Dios.

¿Qué es el Adviento? Tiempo de preparación y espera del nacimiento de Dios en mí.

Una preparación activa. Invitación a la conversión de nuestra vida.

Una espera confiada. Dios siempre viene a nosotros: "Ven, Señor, Jesús",

Modelos de espera. Profetas, Juan Bautista y Virgen María. Y la historia de salvación desde el Adviento:

Cómo vivir un Adviento franciscano.

Preparación "positiva", reconocer, potenciar y agradecer a Dios los dones recibidos.

Espera "orante", estando atentos y listos para su paso-nacimiento en mí.

La espiritualidad franciscana. Estilo de oración de Francisco y Clara.

Una sugerencia para orar bien: "Gotas de Amor de Dios".

Estar con Dios para darlo a los demás. Sólo puedo dar lo que tengo y vivo.

Repercusiones de mi Adviento. Rutina y obligación, o reflexión y conversión.

Trabajo para el Desierto: Revisión de vida en "Positivo" y Oración personal.

Salmo 16

Protégeme, Dios mío, que me refugio en ti;
yo digo al Señor: "Tú eres mi bien".
Los dioses y señores de la tierra
no me satisfacen.

Multiplican las estatuas
de dioses extraños;
no derramaré sus libaciones con mis manos,
ni tomaré sus nombres en mis labios.

El Señor es el lote de mi heredad y mi copa;
mi suerte está en tu mano:
me ha tocado un lote hermoso,
me encanta mi heredad.

Bendeciré al Señor, que me aconseja,
hasta de noche me instruye internamente.
Tengo siempre presente al Señor,
con él a mi derecha no vacilaré.

Por eso se me alegra el corazón,
se gozan mis entrañas,
y mi carne descansa serena.
Porque no me entregarás a la muerte,
ni dejarás a tu fiel conocer la corrupción.

Me enseñarás el sendero de la vida,
me saciarás de gozo en tu presencia,
de alegría perpetua a tu derecha.



Oración de San Francisco ante el Crucifijo de San Damián.

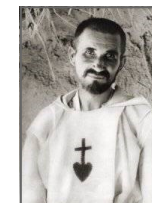
Oh alto y glorioso Dios,
ilumina las tinieblas de mi corazón.

Dame fe recta,
esperanza cierta,
caridad perfecta;
acierto y conocimiento, oh Señor,
para cumplir tu santo y
veraz mandato.

Amén.



Te adoramos,
Santísimo Señor Jesucristo,
aquí y en todas tus iglesias
que hay en el mundo entero,
y te bendicimos,
pues por tu santa cruz
redimiste al mundo. [y a mí pecador.]



Oración de Charles de Foucauld

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 voluntad se cumpla en mí
y en todas tus criaturas.

No deseo nada más, Padre.

Te confío mi alma,
te la doy con todo el amor
de que soy capaz,
porque te amo y necesito darme,
ponerme en tus manos sin medida,
con una infinita confianza,
porque tú eres mi Padre.

5 minutos con Dios y con la Virgen

- Siéntate cómodo y tranquilo.
- Haz 10 respiraciones profundas y lentas.
- Reza muy, muy despacio y con fe:
Padrenuestro, Avemaría y Gloria
- Pide la Bendición de Dios (*dátela*).
- Haz 10 respiraciones profundas y lentas.