



Señor
enséñanos a
orar

En tus manos tienes un recopilatorio de algunas oraciones que el equipo de territorio de Cáritas Diocesana de Jaén ha venido utilizando en los últimos años.

Conscientes del papel fundamental que la oración debe de tener para cualquier persona cristiana en general, y para las que desempeñamos alguna tarea de caridad en nuestra diócesis y en nombre de la Iglesia, ya sea como voluntarias, técnicos o sacerdotes, hemos querido hacer esta recopilación para ofrecer una herramienta que te ayude a crecer en espiritualidad, que abra tu mirada a la caridad universal y guíe tu vida hacia una actitud de servicio y entrega.

Podrás encontrar oraciones de acción de gracias, de petición, de perdón... palabras escritas que no pretenden más que animar tus momentos de encuentro personal con el que es Padre y Madre de la Caridad. Y que pueden servirte también para impregnar los espacios de oración compartida en tu comunidad, grupo o equipo, de la mística que se nos ofrece desde el lugar del pobre y de los excluidos. Textos que te preparen para la acción o que te acompañen en la reflexión y en la evaluación.

Con la esperanza de que te resulte útil y deseándote muchos momentos plenos en Cristo, recibe un cálido saludo,

EQUIPO DE ANIMACIÓN EN EL TERRITORIO CD JAÉN



Oración del Voluntario

Quiero ser Padre, tus manos, tus ojos, tu corazón.
Mirar al otro como Tú le miras:
con una mirada rebosante de amor y de ternura.
Mirarme a mí, también,
desde esa plenitud con que Tú me amas,
me llamas y me envías.

Lo quiero hacer desde la experiencia del don recibido
y con la gratuidad de la donación sencilla y cotidiana
al servicio de todos, en especial de los más pobres.

Envíame, Señor,
y dame constancia, apertura y cercanía.
Enséñame a caminar
en los pies del que acompaño y me acompaña.
Ayúdame a multiplicar el pan y curar las heridas,
a no dejar de sonreír y de compartir la esperanza.
Quiero servir configurado contigo en tu diaconía.

Gracias por las huellas de ternura y compasión
que has dejado en mi vida.

En tu Palabra
encuentro la Luz que me ilumina.
En la Oración, el Agua que me fecunda y purifica.
En la Eucaristía,
el Pan que fortalece mi entrega y me da Vida.
Y en mi debilidad, Señor,
encuentro tu fortaleza cada día.

Amén.

Hemos escuchado a tu Hijo

Hemos escuchado, Señor, la voz de tu Hijo,
que nos invitaba a seguirle,
y le hemos dicho que sí.
Y vamos con Él,
buscando un mundo donde habite la justicia.

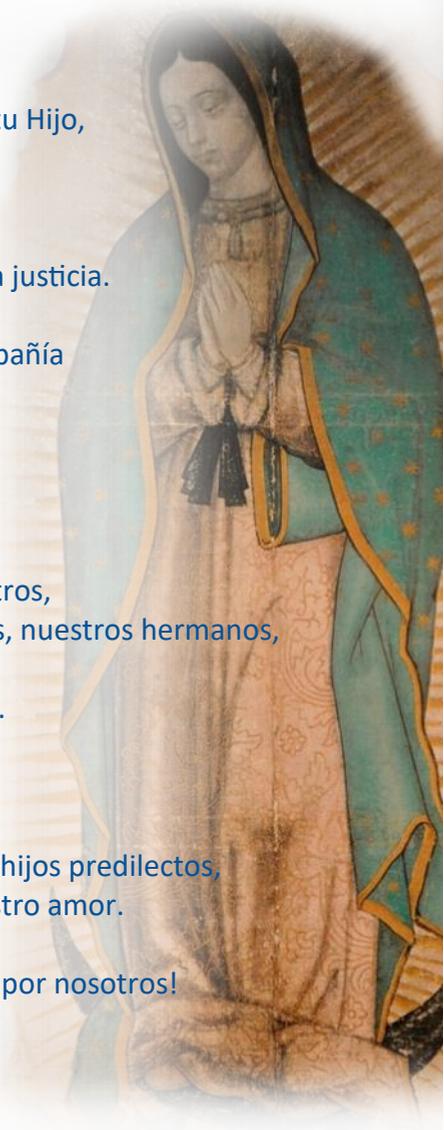
Él nos ha recibido, Señor, en tu compañía
y por eso te llamamos Padre,
te llamamos Madre.

Hemos escuchado a tu Hijo
y le hemos dicho que sí,
ya que no queremos vivir para nosotros,
sino para que los hombres y mujeres, nuestros hermanos,
puedan encontrarse contigo,
y para que llegue a la tierra tu Reino.

Señor, como queremos seguirte,
te pedimos sensibilidad y capacidad
para oír el clamor de los pobres, tus hijos predilectos,
y fuerza para ofrecerte en ellos nuestro amor.

¡María, Madre de los pobres, ruega por nosotros!

Amén.



Padre nuestro

Padre nuestro,
Padre de todos,
que vives junto a todos los que viven en el hambre,
la soledad, la enfermedad o el sufrimiento.

Santificado sea tu Nombre.
Tu nombre es el nombre de los que no tienen nombre,
de los que son despreciados y excluidos.

Venga a nosotros tu Reino.
El Reino de la justicia,
de la paz, de la libertad y de la verdad.

Hágase tu voluntad,
de que todos seamos iguales
y nadie carezca de lo fundamental:
comida, techo, medicinas,
ropa, educación y trabajo,
en la tierra como en el cielo.

Danos hoy nuestro pan de cada día,
sólo el de hoy, el de mañana ya tú nos lo darás.

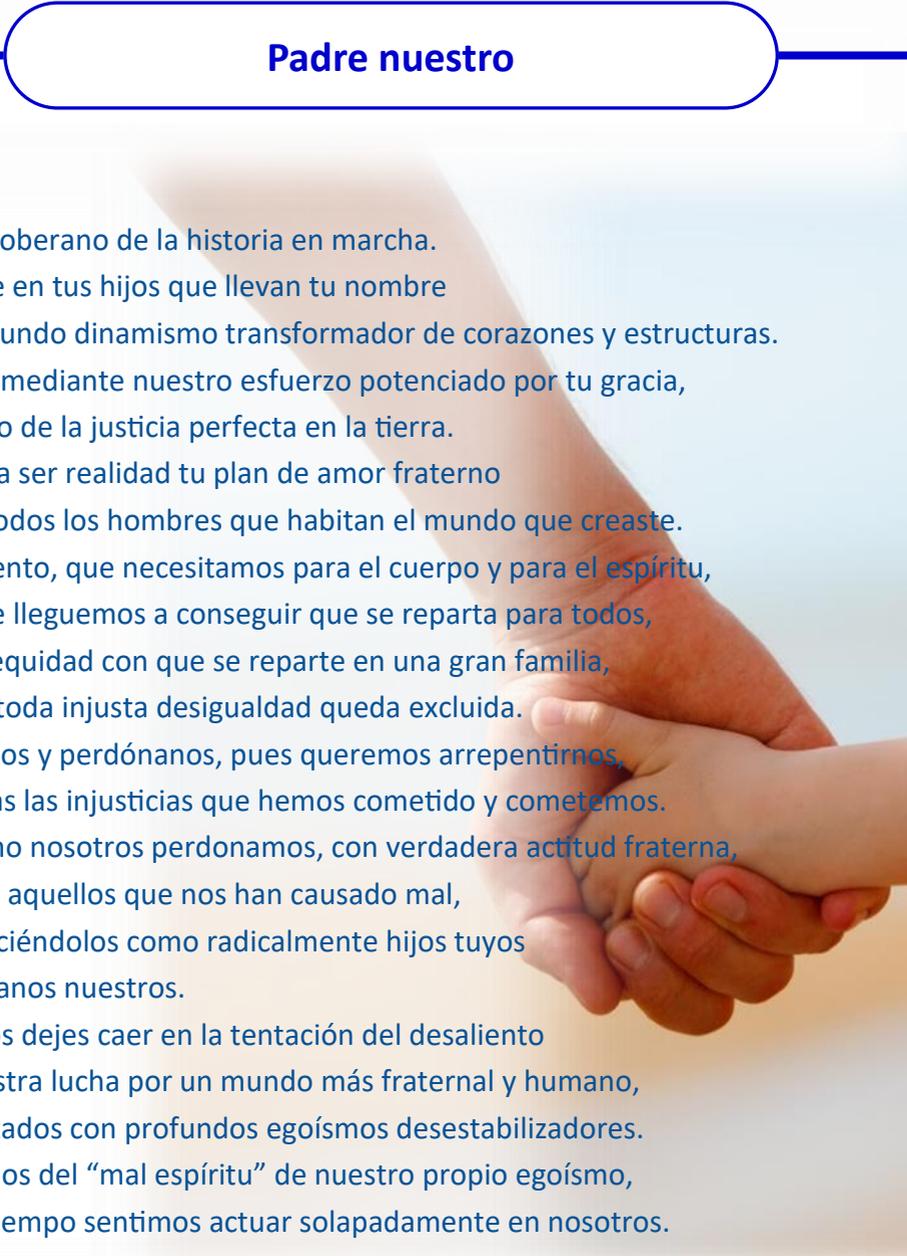
Perdona nuestras ofensas,
nuestro pasotismo, indiferencia, violencia, rechazo,
como nosotros perdonamos a los que nos ofenden.

No nos dejes caer en la tentación,
del orgullo del poder, del aprovecharnos de nadie,
del egoísmo de cerrar el corazón al clamor de los pobres.

Y líbranos del mal,
que es vivir de espaldas a Ti y a los hermanos.

Amén.

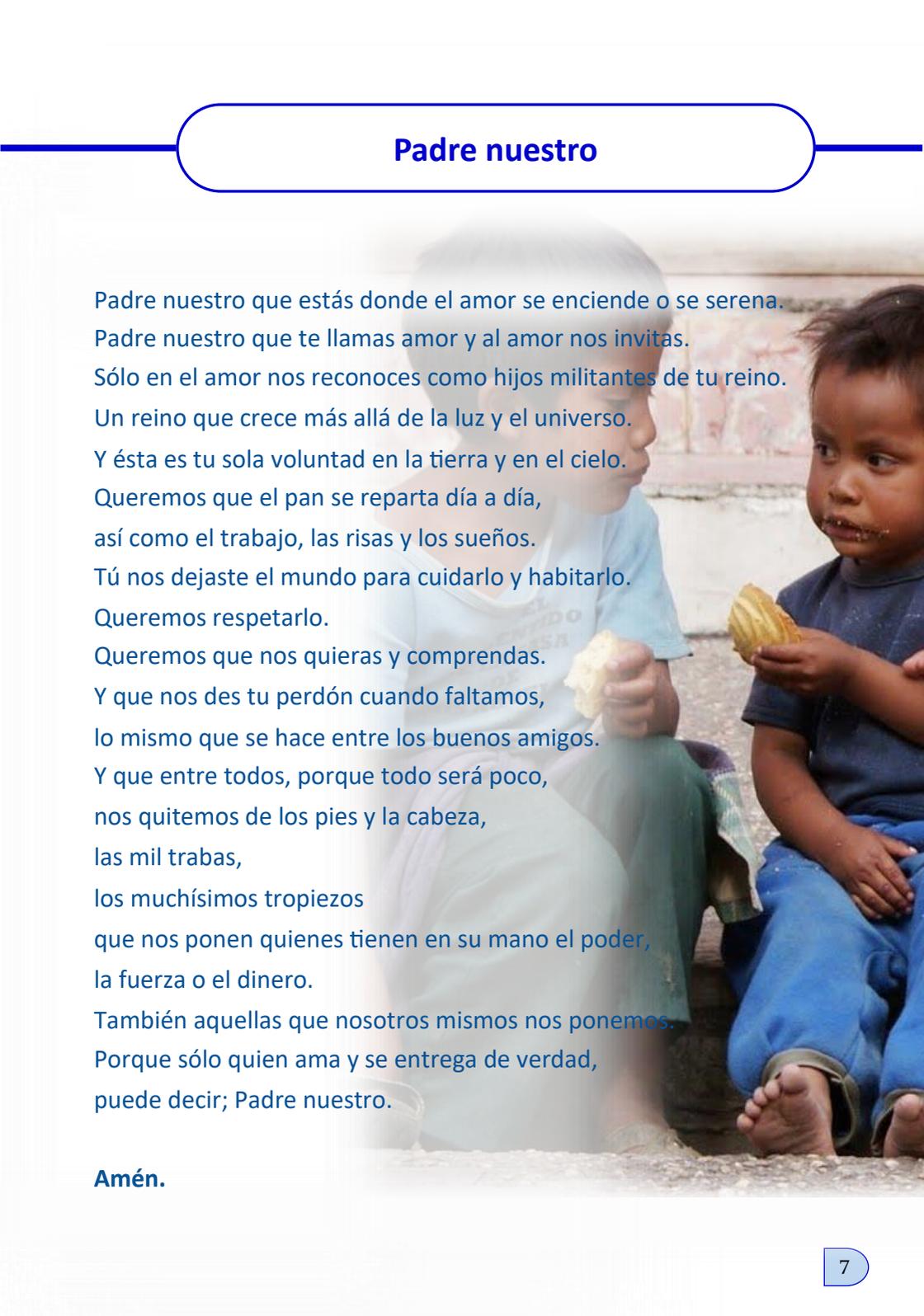
Padre nuestro



Señor soberano de la historia en marcha.
Infunde en tus hijos que llevan tu nombre
un profundo dinamismo transformador de corazones y estructuras.
Venga, mediante nuestro esfuerzo potenciado por tu gracia,
tu Reino de la justicia perfecta en la tierra.
Llegue a ser realidad tu plan de amor fraterno
entre todos los hombres que habitan el mundo que creaste.
El alimento, que necesitamos para el cuerpo y para el espíritu,
haz que lleguemos a conseguir que se reparta para todos,
con la equidad con que se reparte en una gran familia,
donde toda injusta desigualdad queda excluida.
Libéranos y perdónanos, pues queremos arrepentirnos,
de todas las injusticias que hemos cometido y cometemos.
Así como nosotros perdonamos, con verdadera actitud fraterna,
a todos aquellos que nos han causado mal,
reconociéndolos como radicalmente hijos tuyos
y hermanos nuestros.
Y no nos dejes caer en la tentación del desaliento
en nuestra lucha por un mundo más fraternal y humano,
enfrentados con profundos egoísmos desestabilizadores.
Y líbranos del “mal espíritu” de nuestro propio egoísmo,
que a tiempo sentimos actuar solapadamente en nosotros.

Así sea.

Padre nuestro

A photograph of two young children sitting on the ground, eating bread. The child on the left is a white boy in a light blue shirt, and the child on the right is a Black girl in a dark blue shirt. They are both looking at each other while eating. The background is a simple, light-colored wall.

Padre nuestro que estás donde el amor se enciende o se serena.
Padre nuestro que te llamas amor y al amor nos invitas.
Sólo en el amor nos reconoces como hijos militantes de tu reino.
Un reino que crece más allá de la luz y el universo.
Y ésta es tu sola voluntad en la tierra y en el cielo.
Queremos que el pan se reparta día a día,
así como el trabajo, las risas y los sueños.
Tú nos dejaste el mundo para cuidarlo y habitarlo.
Queremos respetarlo.
Queremos que nos quieras y comprendas.
Y que nos des tu perdón cuando faltamos,
lo mismo que se hace entre los buenos amigos.
Y que entre todos, porque todo será poco,
nos quitemos de los pies y la cabeza,
las mil trabas,
los muchísimos tropiezos
que nos ponen quienes tienen en su mano el poder,
la fuerza o el dinero.
También aquellas que nosotros mismos nos ponemos.
Porque sólo quien ama y se entrega de verdad,
puede decir; Padre nuestro.

Amén.

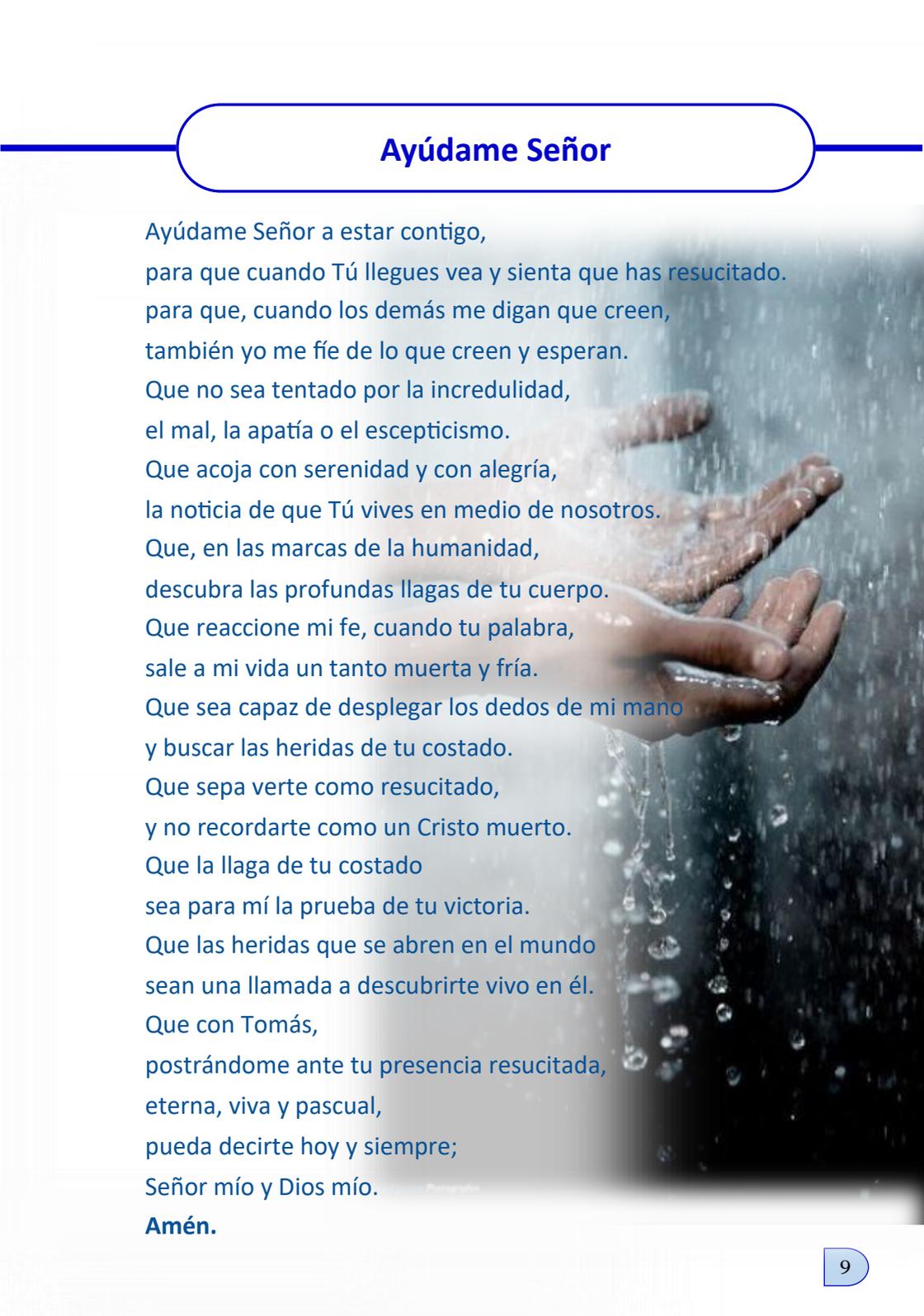
Padrenuestro de Dios a sus hijos

Hijo mío que estás en la tierra,
preocupado, solitario y tentado.
Yo conozco perfectamente tu nombre,
y lo pronuncio como santificado porque te amo.
No estás solo sino habitado por Mí,
y juntos construiremos ese reino
del que tú vas a ser mi heredero.
Me gusta que hagas mi voluntad,
porque mi voluntad es que tú seas feliz,
ya que la gloria de Dios es el hombre de vida plena.
Cuenta siempre conmigo,
y tendrás el pan para hoy.
No te preocupes por el de mañana
si sabes compartirlo con tus hermanos.
Sabes que perdono todas tus ofensas
antes incluso de que las cometas.
Por eso te pido que hagas lo mismo con los que te ofendan,
Y para que nunca caigas en la tentación,
cógete fuerte de mi mano que yo te libraré del mal,
pobre y querido hijo mío.

Amén



Ayúdame Señor



Ayúdame Señor a estar contigo,
para que cuando Tú llegues vea y sienta que has resucitado.
para que, cuando los demás me digan que creen,
también yo me fíe de lo que creen y esperan.
Que no sea tentado por la incredulidad,
el mal, la apatía o el escepticismo.
Que acoja con serenidad y con alegría,
la noticia de que Tú vives en medio de nosotros.
Que, en las marcas de la humanidad,
descubra las profundas llagas de tu cuerpo.
Que reaccione mi fe, cuando tu palabra,
sale a mi vida un tanto muerta y fría.
Que sea capaz de desplegar los dedos de mi mano
y buscar las heridas de tu costado.
Que sepa verte como resucitado,
y no recordarte como un Cristo muerto.
Que la llaga de tu costado
sea para mí la prueba de tu victoria.
Que las heridas que se abren en el mundo
sean una llamada a descubrirte vivo en él.
Que con Tomás,
postrándome ante tu presencia resucitada,
eterna, viva y pascual,
pueda decirte hoy y siempre;
Señor mío y Dios mío.

Amén.

Aprender 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 necesite consuelo.

Cuando mi cruz parezca pesada,
dájame compartir la cruz del otro.

Cuando me vea pobre,
pon a mi lado algún necesitado.

Cuando no tenga tiempo,
dame alguien que precise mis minutos.

Cuando sufra humillación
dame ocasión para elogiar a alguien.

Cuando esté desanimado,
dame alguien para darle nuevos ánimos.

Cuando quiera que otros me comprendan,
dame alguien que necesite 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.

Amén.

Santa Teresa de Calcuta

Sólo Dios

Sólo Dios puede dar fe.
Pero tú puedes dar tu testimonio.

Sólo Dios puede dar la esperanza.
Pero tú puedes devolverla a tu hermano.

Sólo Dios puede dar el amor.
Pero tú puedes enseñar a amar.

Sólo Dios puede dar la paz.
Pero tú puedes sembrar unión.

Sólo Dios puede dar la fuerza.
Pero tú puedes animar al desanimado.

Sólo Dios es el camino.
Pero tú puedes señalarlo a otros.

Sólo Dios es la luz.
Pero tú puedes hacer que brille a los ojos de todos.

Sólo Dios es la vida.
Pero tú puedes hacer que florezca el deseo de vivir.

Sólo Dios puede hacer lo que parece imposible.
Pero tú puedes hacer lo posible.

Sólo Dios se basta a sí mismo.
Pero prefiere contar contigo.

Señor, que seamos capaces de responder.

Amén.

Señor, Tú eres nuestro creador

Señor,
Tú eres nuestro creador,
de ti nos viene la vida y todo lo que somos,
los que nos acompañan y lo que nos rodea.
Mira este corazón que nos has dado para amar,
a estas manos que nos has formado
para llevar a buen término tu obra.

Con todo eso queremos construir una familia unida,
una comunidad más fraterna,
un mundo más justo y humano,
en donde la vida de todos
y de cada uno sea posible en paz,
con ilusión y esperanza.

Da a nuestros corazones el fuego de tu amor,
y a nuestras manos, tenacidad y constancia,
para que no se cansen de dar confianza a los demás,
para que no se cansen de estrechar lazos de amistad,
para que no se cansen de caminar y trabajar juntos,
para que no se cansen de poner paz y armonía,
para que no se cansen de construir solidaridad,
ahora y cada día de nuestra vida.

Amén.

Instrumento de tu paz

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 la fe,
donde haya desesperación,
ponga yo esperanza,
donde haya tinieblas,
ponga yo luz,
donde haya tristeza,
ponga yo alegría.
Oh mi Señor, enséñame a querer.

Que no busque tanto
ser consolado como consolar,
ser comprendido como comprender,
ser amado como amar.

Porque dando al otro yo recibiré,
olvidándome a mí mismo me encontraré,
comprendiendo al otro, te seguiré,
perdonando seré perdonado.
Oh mi Señor, enséñame a querer.

Quiero servirte Señor

Quiero servirte en los demás, Señor.
Quiero entregar mi vida
y lo mejor de mí,
para el servicio a los que me rodean.

Muéstrame los caminos de la solidaridad.
Llévame por la huella de la compasión.
Condúceme al horizonte del amor eficaz.

Dame tu mano, Señor,
y guíame hacia donde me necesiten.
Te ofrezco mi tiempo, y mi esfuerzo,
mis ganas de dar y de darme.

Quiero seguir tu ejemplo,
ser capaz de dar todo por los otros.
Quiero vivir con alegría la fiesta del dar,
como tantos que anduvieron estos senderos
y los fecundaron con sus vidas.

Prepara mis manos, mi corazón y mi mente
para estar atento a los otros.
Para tener una mirada
que sepa descubrir tu rostro vivo en los que sufren.

Para vivir abierto a tu llamada
en los que están marginados.
Para encontrar tu presencia en los que nadie quiere ver.

Dios Bueno, que quieres el bien,
y la vida digna para todos,
ayúdame para vivir honrando tu Nombre
y construyendo tu Reino.

Así sea.

Gracias señor

Es maravilloso Señor:

Tener los brazos abiertos,
cuando hay tantos mutilados.

Que mis ojos vean,
cuando hay tantos sin luz.

Que mis manos trabajen,
cuando hay tantas que mendigan.

Que tenga salud,
cuando hay tantos enfermos.

Que tenga seres queridos,
cuando hay tantos solitarios.

Que mi voz cante,
cuando hay tantas que enmudecen.

Qué maravilloso Señor:

Tener abrigo, techo y sustento,
cuando hay tantos en la calle.

Es maravilloso volver a casa,
cuando hay tantos que no tienen a donde ir.

Es maravilloso amar,
vivir sonreír y soñar,
cuando hay tantos que odian,
lloran y se revuelven en pesadillas.

Es maravilloso tener un DIOS en quien creer,
cuando hay tantos que no sienten consuelo ni tienen fe.
y haber aceptado mis limitaciones.

Gracias señor

Es maravilloso amar,
vivir, sonreír y soñar,
cuando hay tantos que odian,
lloran y se revuelven en pesadillas.
Qué maravilloso Señor:
tener este equipo de Cáritas,
esta familia, esta gente tan cercana a los demás.

Es maravilloso contar con vosotros.
Cuánto ropero, cuántos alimentos,
cuánto papel, cuántos inmigrantes
y familias atendidas, cuántos trajines...
¡Gracias Señor!

Gracias por el tiempo donado,
por vuestra comprensión,
por aceptar al otro,
por acoger al desnudo
y dar de comer al hambriento.

¡Gracias Señor!

Amén.



Bendice Señor nuestro trabajo

Señor, Dios de los días y los años.
Hoy queremos poner en tus manos
todo nuestro ser y nuestro hacer desde Cáritas.
Que cada día, cada hora,
cada instante que realicemos nuestra tarea
sea un gesto de servicio.
Que lo que hagamos, por insignificante que nos parezca,
contribuya a la construcción de una sociedad más cercana
a lo que Tú esperabas de la humanidad.
Que vivamos con satisfacción y alegría
el sentirnos parte del trabajo por la justicia
que Cáritas desarrolla.
Que experimentemos la fraternidad
con los compañeros de trabajo y de proyectos
y con todas las personas que nos encontramos cada día.
Que nuestro estilo de vida también sea reflejo
de los valores que queremos difundir.
Que sepamos gestionar desde el optimismo y la esperanza
cualquier conflicto que pueda surgir en nuestro entorno
y también entre nosotros mismos.
Que, siguiendo los pasos de María,
siempre hagamos las cosas con corazón.
Bendice, Señor
el trabajo de nuestras Cáritas parroquiales.
Bendice a nuestro grupo, a nuestros compañeros,
a todas las personas de los servicios diocesanos,
a los marginados, a los últimos
y a quienes Tú nos llamas a servir.

Amén.

Mensajeros de esperanza

Padre de la Caridad:

Te ofrecemos toda la acción de Cáritas.

Somos conscientes de nuestras debilidades y carencias,
pero también de que Tú nos haces fuertes,
y eso nos ayuda a estar confiados en el hoy y el mañana.

Ponemos en tu corazón

A todas las personas con las que nos vamos a encontrar,
particularmente las que sufren, las excluidas, las frágiles,
las empobrecidas, las descartadas.

Que con el paso de los días puedan experimentar
el alivio en sus penas y sus dolores.

Con ese fin, moviliza a toda la humanidad,
para que surjan en ella muchos mensajeros de esperanza
y artífices de transformación.

Te pedimos por todos los que formamos Cáritas:
voluntarios, sacerdotes, técnicos...

que con nuestros actos y nuestras palabras
expresemos que otro mundo es posible,
trabajando por la justicia y la solidaridad.

Que cada uno en su entorno más cercano
sea rostro de la ternura, el amor y la compasión;
misericordiosos como Tú.

Renueva en nosotros la llamada a ser comunidad;
que nos haga crecer en fraternidad
y sentirnos más familia.

Todas estas intenciones
y las que habitan en lo más profundo,
te las presentamos a través de María,
la mujer todo corazón y servidora de los pobres;
la “anawín” de Nazaret;
la que vivió desde la alegría y el agradecimiento.

Amén.

Que no se me endurezca el corazón

Que no se me acostumbre el corazón, Señor,
a ver hombres y mujeres sufriendo en situación injusta.

Que no me acostumbre al mundo que hemos montado,
en el que unos tenemos de todo y a otros les falta todo.

Que no se me acostumbre el corazón, Señor,
a la mirada triste y perdida,
al olor denigrante del alcohol,
a las pocas ganas de vivir
y a cualquier deterioro del hermano que sufre.

Que no se me acostumbre el corazón, Padre,
a ver como normal al recién llegado
que cruza el mar en busca de trabajo,
o al que se ha quedado sin familia,
sin trabajo o sin hogar.

Que no se me acostumbre el corazón, Padre,
a volver a mi casa
y tener yo la nevera bien llena,
los armarios en que no cabe una prenda.
La familia esperándome con cariño en una casa confortable
y al teléfono llamándome un montón de amigos,
mientras mañana me espera mi trabajo seguro.

Pon ternura, Señor, en mi mirada y caricias en mi manos.
Pon misericordia en mi mente que a veces hace juicios.
Pon escucha en mis oídos al recibirlos
y sabiduría en mi hablar.

Que no se me acostumbre el corazón,
Señor, al dolor del hermano,
Que sepa comprender con ternura su historia y su situación.

Que el encuentro con él sea el encuentro de dos hijos tuyos.
¡Que no se me endurezca el corazón, Señor!

Por mis compañeros y compañeras

Padre,
hoy quiero pedirte por mis compañeros y compañeras.
Tú los conoces personalmente:
conoces su nombre y apellidos,
sus virtudes y sus defectos,
sus alegrías y sus penas,
su fortaleza y su debilidad,
sabes toda su historia;
los aceptas como son y los vivificas con tu Espíritu.

Tú Señor, los amas, no porque sean buenos
sino porque son hijos tuyos.
Enséñame a quererlos de verdad,
como amaba tu Hijo Jesús.
No por sus palabras o sus obras,
sino por ellos mismos,
descubriendo en cada uno,
especialmente en los más débiles
el misterio de tu amor infinito.

Te doy gracias, Padre,
porque me has dado compañeros y compañeras.
Todos son un regalo para mí,
un verdadero sacramento,
signo sensible y eficaz de la presencia de tu Hijo.

Dame la mirada de Jesús para contemplarlos,
y dame su corazón para amarlos hasta el extremo,
porque también yo quiero ser para cada uno de ellos
sacramento vivo de la presencia de Jesús.

Amen.

Dame tu mano Señor

Quiero servirte en los demás, Señor.
Quiero entregar mi vida y lo mejor de mí,
para el servicio de los que me rodean.

Dame tu mano, Señor,
y guíame hacia donde me necesiten.
Te ofrezco mi tiempo, mi esfuerzo,
mis ganas de dar y de darme.

Quiero compartir esperanza
con aquellos que la perdieron.

Prepara mis manos,
mi corazón y mi mente,
para estar atento a los demás.

Para tener una mirada que descubra
tu rostro en los que sufren.
Para encontrar tu presencia
en los que nadie quiere ver.

Dios bueno,
que quieres el bien y la vida digna
para todas las personas.

Tú que eres Padre y Madre,
Hijo, Maestro, Compañero,
y Espíritu de Vida Nueva
ayúdame a servirte en los demás,
para vivir honrando tu Nombre
y construyendo tu Reino.

Amén.

Ven, Espíritu Santo

Ven, Espíritu Santo.
Ven, Padre de los pobres.
Ven a darnos tus dones,
ven a darnos tu luz.
Hay tantas sombras de muerte,
tanta injusticia,
tanta pobreza,
tanto sufrimiento...

Penetra con tu luz nuestros corazones.
Habítanos porque sin Ti no podemos nada.
Ilumina nuestras sombras de egoísmo,
riega nuestra aridez,
cura nuestras heridas.
Suaviza nuestra dureza,
elimina con tu calor nuestras frialdades.
Haznos instrumentos de solidaridad.

Ábrenos los ojos y los oídos
para saber discernir tus caminos en nuestra vida,
y ser constructores de Vida Nueva.

Amén.

Bienaventurados, bienaventuradas

Bienaventurados, Señor, los solidarios.
Bienaventuradas, Señor, las solidarias.
Los que siembran sonrisas y esperanza.
Las que comparten su pan con el hambriento.
Los que ayudan a construir un mundo mejor.
Las que dan mucha vida sin esperar nada a cambio.
Los que creen y crean el Reino de Dios.
Las que alzan su voz contra la injusticia.
Los que no esperan sentados en un sillón.
Las que construyen la paz.
Los que hacen de su vida vocación de entrega.
Las que defienden la igualdad
y la dignidad de toda persona.

Bienaventurados y bienaventuradas sean Señor.

Felices los que siguen al Señor

Felices los que siguen al Señor por la senda del buen samaritano.
Los que se atreven a superar las dificultades del camino,
a vencer los cansancios de la marcha.

Felices quienes cambian su ruta
para salir al encuentro del que sufre,
tan presente en estos tiempos,
tan cercano para algunos,
tan lejano para otros.

Felices los que dan la vida por los demás.
Los que trabajan duro por la justicia anhelada.
Los que construyen el Reino desde lugares remotos.
Los que, anónimos y sin buscar ser protagonistas,
entregan su vida para que otros vivan más y mejor.

Felices los que trabajan por los pobres,
desde los pobres,
junto a los pobres,
con corazón de pobre.

Felices los que viven solidarios,
dejando el asfalto limpio y cómodo,
para caminar por los senderos pedregosos y polvorientos,
que se abren al mundo de los que no cuentan, de los
descartados.

Amén.

Felices los que siguen al Señor

Felices los que no se pierden en palabras,
sino que muestran su amor verdadero en obras de vida,
de compañía y de entrega sincera.

Felices los que caminan juntos,
unidos en la búsqueda comunitaria del Reino,
de Vida Nueva y Fraternidad realizada.

Felices los que piensan primero en el hermano,
y encuentran la alegría y el sentido de su vida
en trabajar por el otro, por el Señor vivo,
presente en medio nuestro,
en el olvidado y el abandonado,
en los rostros de jóvenes,
de ancianos,
de mujeres solas,
de desempleados,
de excluidos,
de olvidados...

Felices, los que viven el mandamiento primero
que es amor a DIOS en el HERMANO.

Felices los que encuentran que este amor,
hoy, se revela en un camino:
la solidaridad.

Amén.

Dios está viniendo

Dios está viniendo.

Él viene en su Palabra,
en su Espíritu que nos da fe,
en los sacramentos de la Iglesia,
en las luchas y alegrías de la vida,
en cada uno de nuestros hermanos,
sobre todo en los más pobres y vulnerables.

Hay que saber esperar a Dios.
Hay que saber buscar a Dios.
Hay que saber descubrir a Dios.

Y mira que hay muchos que se cansan de esperar,
porque la vida se ha puesto muy dura
y los poderosos siempre aplastan al pueblo.

Y hay muchos que no saben buscar a Dios
día a día, en el trabajo, en casa, en la calle,
en la lucha por los derechos de todos,
en la oración,
en la fiesta alegre de los hermanos unidos,
e incluso más allá de la muerte.

El maíz y el arroz están naciendo hermosos.
Ha llegado el Adviento.
Luego llegará la Navidad.
Dios está llegando siempre.
Abramos los ojos de la fe,
abramos los brazos de la esperanza,
abramos el corazón del amor.
porque Dios está viniendo.

Amén.

Preparad el camino

Preparad el camino al Señor.

armados con un mazo que derribe muros,
tire rencores y abra paso a la luz.

A voz en grito salid a la calle,
y decid que el amor viene para ser bandera.

Abrid los ojos para reconocer la grandeza del universo
contenida en un "sí".

Atended, y escuchareis la Palabra
plantada en el corazón de la tierra.

Y después, haced que el grito,
la mirada y la palabra,
se conviertan en profecía.

Preparad el camino al Señor.

Acción de gracias

Gracias Padre,
porque nos enseñas a mirar a los demás como los miras Tú,
dándonos cuenta de lo que necesitan.

Gracias por nuestras manos
que nos permiten tocarte en el necesitado.
Por nuestros pies que nos llevan hasta él,
y a través de él a Ti.

Gracias por todas nuestras cualidades,
porque con todas ellas,
podemos relacionarnos unos con otros.
Podemos querernos y ayudarnos.

Enséñanos a descubrir todo lo que podemos hacer
para ayudar a los demás
cuando lo hacemos juntos y en comunidad.

Gracias Padre,
por todos los que se unen
para hacer un mundo mejor y más feliz.

Amén

Acción de gracias

Jesús amigo, nosotros hemos escuchado tu secreto,
el secreto de un mundo nuevo,
de una nueva sociedad.

Podremos ser como Tú nos soñaste,
seremos felices si acogemos tu mensaje.
Parece ser un mensaje en clave,
porque hay mucha gente que no lo entiende.
Tampoco nosotros seremos comprendidos
si aceptamos cumplirlo en nuestras vidas.
¿Podremos llegar a entenderlo algún día?

Tú nos aseguras que seremos felices
si sabemos compartir con los demás;
Si soportamos las ofensas sin vengarnos.
Si sentimos en nosotros las desgracias ajenas.
Si buscamos el interés del compañero
por encima de nuestros propios intereses.
Si tratamos de comprender y perdonar.
Si nuestra mirada y nuestro corazón son limpios.
Si ponemos paz y amistad a nuestro alrededor.

Jesús, es sencillo decir esto,
pero nada fácil llevarlo a cabo.
Por eso te pedimos ayuda
y ánimo para emprender la marcha.
Lo que nosotros no podamos,
que lo realice tu Espíritu en nosotros
para que cada día nos sintamos más unidos
y construyamos una sociedad más humana
y a la vez más divina, tal y como Tú deseas.

Gracias Jesús,
porque tu amistad y compañía
están siempre con nosotros.

Amén

Dijo Jesús...

Dijo Jesús:

Yo he venido al mundo
para que el mundo tenga Vida.
Me he hospedado en vuestra casa
para que viváis siempre en mi presencia.

He dormido a vuestra vera
para que soñéis un mundo mejor.
Me he hecho uno de tantos
para que todos valgan lo mismo.

He escogido nacer en pesebre
porque a Dios no se le encierra en el templo.
He querido hacerme, ante todo, hombre
y llorar y reír y vivir con vosotros.

Y así, cuando lloréis sabréis que no estáis solos,
que yo lloré primero
para que vuestras lágrimas tengan sentido.
Y cuando riáis sabed que yo estoy con vosotros,
que vuestra risa es la mía
y vuestra dicha es mi gloria.
Y vuestra alegría será mi felicidad.

Y si tú quieres de verdad seguirme,
búscame pobre entre los pobres,
llorando donde hay dolor,
sufriendo con el que sufre,
compartiendo la rabia del oprimido
y riendo donde la alegría es sincera.

Mira que estoy a tu puerta y llamo.
Si tú me abres tu corazón y tu vida
cenaremos y cantaremos juntos
hasta el último amanecer.



Resucitados con el Señor

Padre resucitado,
que sienta la paz que me muestras,
que no se cierren mis “puertas” por el miedo.
Que me aferre al Espíritu que me regalas,
para vivir intensamente
el compromiso de sentirme enviado...

Señor mío y Dios mío,
perdona mis debilidades,
mis dudas, mis temores...
Porque aun siendo a veces como Tomás,
deseo buscarte, estar contigo...
Porque aunque me encierre en mis silencios
o en mis ruidos, en mis comodidades
o en mis ocupaciones...

Tú sabes cómo entrar en mi vida,
cómo hacerla distinta,
cómo insuflar aire en mis vacíos
y oxigenar mi alma endurecida.

Que el Espíritu renovado de la resurrección,
nacido de la victoria sobre la muerte
y alimentado por el Amor más generoso,
impulse mi fe, mi permanencia en Ti,
y aliente mi ánimo para quererte,
seguirte y responderte.

Padre...

Tu Amor es mi paz, mi paz es tu perdón,
y tu perdón es mi camino de testimonio
al amparo de tu Fuerza.

Amén

Cristo fuente de toda Caridad

Tú, Cristo, Fuente de todo Amor,
te hiciste pobre con los pobres,
hermano de todos, y consuelo de los afligidos.

Tú, Cristo, Fuente de todo Amor,
diste de comer a la Humanidad hambrienta,
amaste a los niños,
te compadeciste de la viuda,
y socorriste al que te necesitaba.

Tú, Cristo, Fuente de todo Amor,
enséñanos tu amor,
tu manera de compartir,
tu solidaridad,
para que viéndote te sigamos amando,
Compartiendo y siendo solidarios.

Tú, Cristo, Fuente de todo Amor,
entra en nuestra vida con todo tu amor,
y haz de nosotros instrumentos humildes
para ayudar a nuestros hermanos.

Tú, Cristo, Fuente de todo Amor,
estás en el parado, en el drogadicto,
en el alcohólico, en el niño abandonado,
en el explotado y oprimido,
en el enfermo y en todo marginado.

Tú, Cristo, Fuente de todo Amor,
despierta en nosotros un corazón tan grande
que sintamos los problemas de los hermanos como nuestros,
y que nuestras manos sean tus manos
que se tienden al pobre necesitado.

Amén

Señor fortalece el trabajo de Cáritas

Señor, Dios de los días y los años.

Pongo en tus manos toda la labor que desarrolla Cáritas Diocesana a través de sus Cáritas parroquiales y los programas y servicios diocesanos.

Fortalece nuestro trabajo para que sigamos siendo, en medio de nuestra sociedad, germen de un mundo nuevo.

Ayúdanos para que vivamos afinando la sensibilidad ante los problemas de los que más sufren, cuidando el discernimiento para leer la realidad con ojos de misericordia e inteligencia creativa y afirmando la esperanza

ante los sufrimientos de la humanidad;

Concédenos el don de optar siempre por “los últimos”, los más necesitados de cada ámbito, de cada realidad, de cada acontecimiento.

Danos la capacidad de testimoniar los valores con los que Cáritas construye la “civilización del amor”, la nueva sociedad:

la fraternidad, la compasión, la gratuidad, el servicio, la solidaridad, el compartir, la sencillez.

Que toda acción de Cáritas sea una instancia crítica ante nuestro mundo, de tal manera que se convierta en denuncia profética ante toda injusticia, desigualdad, egoísmo, violencia, destrucción.

Hazte muy cercano en medio de nuestro día a día para acompañarnos en nuestros desalientos, fracasos, frustraciones, errores...

y para hacer de nuestra espiritualidad el mejor motor para todo lo que hagamos.

Que María, la mujer toda Caridad, la Maestra de Cáritas, nos muestre el camino del seguimiento de tu hijo para que así, todo lo que hagamos sea “lo que Él nos diga”.

Que así sea.

Señor del tiempo y de la vida

Señor del tiempo y de la vida,
gracias por esta nueva oportunidad
de empezar y seguir preguntando,
buscando, aprendiendo, construyendo...

Quiero pedirte que mi mirada sea profunda
y limpia para mirar con esperanza
los días que voy a compartir.
acompañame en la travesía del crecimiento,
de la entrega, del amor y de la lucha
por un mundo más humano y más justo.

Hazme caminar consciente,
poniendo atención a todas las situaciones
y personas con las que me iré cruzando en este tiempo.

Que sepa mantener siempre la ilusión
de amar como Tú nos amas.
Quítame el miedo a los cambios
y a las preguntas que oprimen mi corazón y mi mente,
y ayúdame a encontrar la mejor respuesta en cada ocasión.

Que de la bienvenida con una sonrisa
a todas las personas que me ofrecen su mano
y se para crear con ellas una red de acogida,
de presencia, de implicación y solidaridad
de modo que cada nombre
y cada historia me sean importantes.

Que reciba como un regalo tuyo personal
cada una de las cosas creadas y sepa disfrutarlas,
pero también cuidarlas y compartirlas no solo con los míos.

Señor del tiempo y de la vida

Que en cada uno de mis gestos durante este curso no falte ni la ternura ni la compasión, y que sepa comprender y acoger las alegrías y las tristezas de todos los que me rodean.

Que cada mañana despierte con serenidad y energía, con un gracias en mi corazón y en mis labios, y que mis palabras y mis hechos, pequeños o grandes, anuncien que tu presencia sigue viva entre nosotros.

Que mi espíritu esté abierto para descubrir lo que quieres de mí en cada momento y que mi oración sea un tiempo de amor y docilidad a tu Palabra.

Siembra toda mi vida con semillas de paz y esperanza, que me hagan crecer como persona y mejorar el pequeño rincón de la Tierra en el que me has puesto.

Te ofrezco mi tiempo para que sin miedos ni falsas excusas, sea capaz de enredarme en la vida de los demás ofreciéndoles lo mejor de mí.

Señor, sé Tú mi Roca,
mi Fuerza, mi Consuelo y mi Apoyo.
Amén.

Caminante de Emaús

Quiero hacer un camino, ser caminante de Emaús.
Encontrarme con personas distintas con las que caminar
y dejarme inundar por sus realidades,
dejar que broten en mí los sentimientos
que se serán en muchos momentos contradictorios.

Quiero hacer un camino, ser caminante de Emaús.
Lanzarme a la tarea de formarme
para cometer el menor número de errores en el trato,
en mi forma de hablar, en mis gestos y actitudes,
para no dañar a ninguna de esas personas
con las que me gustaría caminar.

Quiero hacer un camino, ser caminante de Emaús.
Y empezar la aventura maravillosa
de conocer historias concretas,
personas que ven la vida de forma distinta a como yo la veo.
Empaparme de sus sentimientos,
escuchar, contemplar y dialogar.

Quiero hacer un camino, ser caminante de Emaús.
Adherirme a sus luchas y solidarizarme
con sus ilusiones. Compartir sus sueños y sinsabores.
Subir cuestas empinadas y pasar baches,
pero con ellos y ellas de la mano.

Caminante de Emaús

Quiero hacer un camino, ser caminante de Emaús.
Formando grupo, elaborando proyectos,
porque no quiero caminar solo.

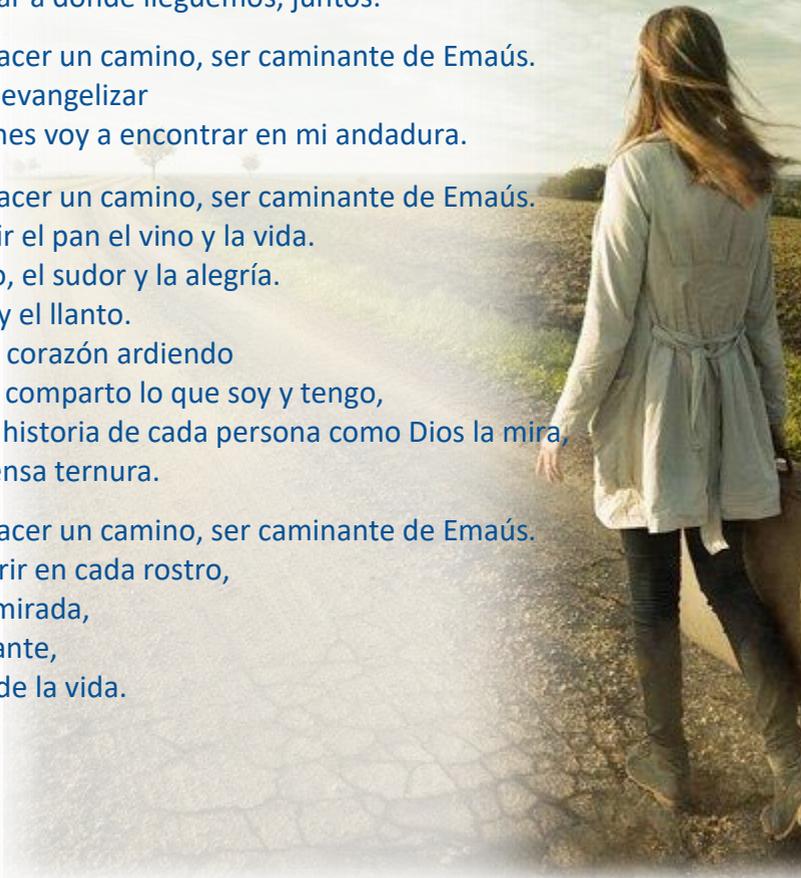
Quiero caminar con otros hermanos
que sienten lo mismo que yo y andar el sendero unidos,
aunque vayamos más despacio,
pero llegar a donde lleguemos, juntos.

Quiero hacer un camino, ser caminante de Emaús.
Dejarme evangelizar
por quienes voy a encontrar en mi andadura.

Quiero hacer un camino, ser caminante de Emaús.
Compartir el pan el vino y la vida.
El trabajo, el sudor y la alegría.
La fiesta y el llanto.
Sentir mi corazón ardiendo
mientras comparto lo que soy y tengo,
y miro la historia de cada persona como Dios la mira,
con inmensa ternura.

Quiero hacer un camino, ser caminante de Emaús.
Y descubrir en cada rostro,
en cada mirada,
al caminante,
al Señor de la vida.

Amén.



Pregoneros y profetas

Cuando pase el mensajero
que no me encuentre dormido,
afanado en otras metas,
indiferente a su voz.

Que no sea su relato semilla que el viento barre,
o luz que a nadie ilumina.

Cuando pase el mensajero
que no le vuelva la cara para esquivar su propuesta.

Se presentará en un libro, en un verso,
o será estrofa de un canto que me envuelva.

Vendrá tal vez en un amigo,
en un hombre roto, o en el PAN partido.

Le abriré la casa,
pondré en juego el corazón
y escucharé con avidez sus palabras.

Y entonces cuando el mensajero pase,
si no me encuentra dormido,
me cambiará la vida.

Amén.

Me basta tu amor

Yo solo quiero pedirte
lo que Tú siempre me ofreces,
tu amor y tú gracia que engendran vida,
pero que pueden llevar a la muerte
por defender a los asaltados.

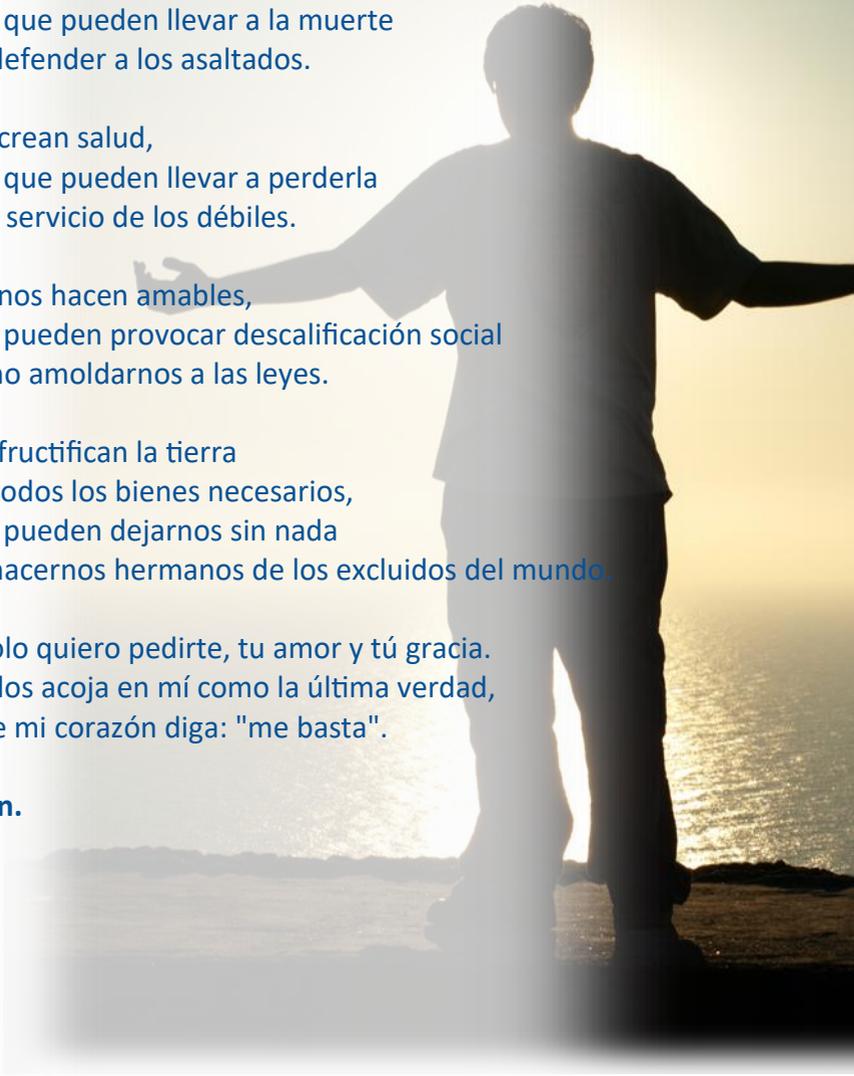
Que crean salud,
pero que pueden llevar a perderla
en el servicio de los débiles.

Que nos hacen amables,
pero pueden provocar descalificación social
por no amoldarnos a las leyes.

Que fructifican la tierra
con todos los bienes necesarios,
pero pueden dejarnos sin nada
por hacernos hermanos de los excluidos del mundo.

Yo solo quiero pedirte, tu amor y tú gracia.
Que los acoja en mí como la última verdad,
y que mi corazón diga: "me basta".

Amén.



Oración de esperanza

Señor,
enseñanos a establecer sincera solidaridad
con los que sufren,
con los que padecen a causa de la violencia,
la injusticia y el terror.
no nos dejes olvidar
que millares de personas
son diariamente despojadas de su dignidad,
de su libertad, de su comida,
de su ropa, su techo o salud.

Señor,
concédenos la fuerza
para enfrentar a quienes nos oprimen,
pero no permitas que en nuestra lucha
por la libertad y la justicia,
olvidemos el Supremo mandamiento de no matar,
no aplastar ni ofender.

Ayúdanos a no caer en la tentación de la violencia,
pues Tú derramaste tu preciosa sangre
para que nunca más sangre humana
fuera derramada por nosotros.

Señor,
Tú que te levantaste victorioso sobre la muerte,
sanando con ternura las heridas
que te había causado la insensatez humana,
ayúdanos a encontrar el camino
que nos conduzca a la reconciliación y a la paz.

Amén.

Oración de esperanza

Concédeme Señor,
que en todos los momentos del día,
al tratar con mi prójimo recuerde tus palabras;
"Lo que hicisteis con uno de ellos,
Conmigo lo hicisteis".

Concédeme,
que mis relaciones con los demás
estén de acuerdo a tus mandamientos;
"Amaos unos a otros como yo os he amado".

Concédeme,
que piense en ellos como Tú piensas en mí.

Concédeme,
que sienta por ellos lo que Tú sientes por mí.

Concédeme, que yo los trate y hable de ellos
como Tú lo harías si estuvieras en mi lugar.

Concédeme, que considere un privilegio
no ser servido, sino servir.

Concédeme, que busque oportunidades
para hacer el bien a los demás,
amable y humildemente,
viéndote y sirviéndote en ellos.

Haz que sienta tus pensamientos en mi mente,
tu amor en mi corazón y tus palabras en mis labios.

Que me hagan amar a todos los hombres
como Tú me amas a mí.

Amén.

Salmo del silencio

Aquí estoy, Señor, como un grano de arena en el desierto.
Aquí estoy, Señor, a pie descalzo en tu espera.
Aquí estoy, Señor, con el corazón abierto a la escucha.
Aquí estoy, Señor, buscando paz en tu respuesta.

Quiero estar contigo, Señor,
sentado a tus pies, sin pensar,
ni buscar, sensible al que llega.

Quiero hacer escucha de mi corazón aturdido.
Quiero estar contigo en gratitud contigo, aquí y ahora.
Quiero unificar mi ser y ser en tu ser.

Siento mi mente, Señor, confusa y saturada del ruido
de los hombres y mujeres perdidos en la selva.
Siento mi mente cargada de recuerdos doloridos
o en huída silenciosa del presente como fiera.

Siento mi corazón agitado por el ruido sordo
de los sentimientos colgados en pesadas cuerdas.

Siento el volcán que me hierve cuando sufro,
la pisada, la opresión, el abandono o la indiferencia.

Señor, de corazón manso y humilde, hecho de paz,
da serenidad con tu ternura a la tempestad que arrecia.

Aquí estoy, Señor, llena de ruidos.

Quiero silencio, para escuchar tu Palabra desde el corazón
que anhela volver de nuevo al origen, al paraíso,
y, al caer la tarde, encontrarme con tu presencia.

Así sea.

Salmo del buen samaritano

Señor, no quiero pasar de lejos
ante el hombre herido en el camino de la vida.

Quiero acercarme y contagiarme de tu compasión
para expresar tu ternura,
para ofrecer el aceite que cura heridas,
el vino que recrea y enamora.

Tú, Jesús, buen samaritano, acércate a mí,
como hiciste siempre.
Ven a mí para introducirme en la posada de tu corazón.

Acércate a mí, herido por las flechas de la vida,
por el dolor de tantos hermanos,
por los misiles de la guerra,
por la violencia de los poderosos.

Sí, acércate a mí, buen samaritano;
llévame en tus hombros, pues soy oveja perdida;
carga con todas mis caídas,
ayúdame en todas mis tribulaciones,
hazte presente en todas mis horas bajas.

Ven, buen samaritano,
y hazme a mí tener tus mismos sentimientos,
para no dar nunca ningún rodeo ante el hermano que sufre,
sino hacerme compañero de sus caminos,
amigo de tus soledades, cercano a tus dolencias,
para ser, como Tú, «ilimitadamente bueno»
y pasar por el mundo «haciendo el bien»
y «curando las dolencias»

Amén.

Señor muéstranos el camino

Padre Bueno, Señor de la Historia,
escucha nuestra oración,
guía nuestros pasos, ayúdanos a crecer en la fe.

Padre Bueno,
Tú nos muestras el camino del bien y de la vida.
Nos enseñas con tu ejemplo cómo ser compasivos,
cómo vivir preocupados por los demás,
cómo actuar con valentía por la vida de todos.

Señor de la historia,
tu mirada está siempre atenta a las cosas que pasan.
No eres un Dios ajeno, lejano,
extraño a nuestra tierra y a nuestra vida.

Escuchas, ves y sufres con la vida de tus hijos.
te conmueve el sufrimiento, la injusticia y la opresión.
No toleras la explotación ni la exclusión.
Te indigna la marginación y la pobreza.
Y actúas, no te quedas con los "brazos cruzados",
no te llenas la boca con explicaciones o con excusas.

Decididamente intervienes, te manifiestas,
nos muestras el cambio y la esperanza de lo posible:
un mundo donde brille la justicia y el derecho fluya
como el agua de un manantial que no se acaba.

Padre ayúdanos a cambiar el corazón.
Haz de nosotros instrumentos de tu misericordia,
agentes de la solidaridad real,
constructores de un mundo de justicia y amor.

Padre de todos, siguiendo los pasos de tu Hijo,
que nos mostró el camino de la fraternidad real,
animados por el Espíritu que fortalece la entrega,
danos fuerzas para vivir llenos de misericordia.

Amén.

Bendice Señor nuestra reunión

Al comenzar ésta reunión, Señor,
nuestros corazones se levantan hacia Ti
en busca de tu mirada.
Escúchanos Señor.
Da respuesta a nuestras preguntas,
y ayúdanos en nuestras inquietudes,
Tú que eres nuestro Dios en quien confiamos.
En ésta reunión, ponemos en tus manos
nuestros miedos e ilusiones.
En tus ojos, ponemos la pureza
y sinceridad de nuestra búsqueda.
Guíanos Señor, Tú que eres bueno,
y que tu Espíritu Santo nos ayude en cada paso.
Que nuestra boca exprese hoy nuestro interior,
que nuestras palabras arranquen de lo profundo
y sean verdaderas.
Señor, danos un corazón limpio
para que podamos ver.
A Ti abrimos la reunión, los proyectos y planes.
Con todo lo que para ella hemos preparado
y vamos a compartir;
¡Acompáñanos!
A Ti ofrecemos lo que somos y lo que tenemos;
¡Acógelo!
A Ti, que eres Dios de la Vida te pedimos fuerza;
¡Anímanos!
A Ti, que eres Dios del Amor que tanto anhelamos;
¡Llénanos!
Que nuestros corazones se alegren y regocijen hoy,
porque todo lo esperamos de Ti.
Bendice Señor ésta reunión
y guíala por el camino justo.

Amén.

Un corazón amplio

Señor, en esta Cuaresma
te pedimos que un corazón amplio como las estrellas del cielo.
Vigilante, para que ninguna curiosidad lo aleje de Ti.
Noble, para que ninguna influencia lo envilezca.
Recto, para que ninguna mala intención lo desvíe.
Firme, para que ninguna preocupación lo debilite.
Libre, para que ningún efecto lo esclavice.
Sincero, para que nunca se aparte de la verdad.
Humilde, para que no se torne prepotente.
Pacífico, para que ninguna ofensa lo haga violento.
Confiado, para que las dificultades no lo dejen sin esperanza.
Alegre para que no lo aneguen las lágrimas.
Y creyente, para que nunca se aleje de Ti.

Amén.

Oración para servir

Oh Cristo,
para poder servirte mejor dame un noble corazón.
Un corazón fuerte para aspirar por los altos ideales
y no por opciones mediocres.

Un corazón generoso en el trabajo,
viendo en el no una imposición
sino una misión que me confías.

Un corazón grande en el sufrimiento,
siendo valiente soldado ante mi propia cruz
y sensible cirineo para la cruz de los demás.

Un corazón fraterno para con el mundo,
siendo comprensivo con sus facilidades
pero inmune a sus máximas y seducciones.

Un corazón servicial con las personas,
leal y atento para con todas
pero especialmente sensible a las más humildes.

Un corazón nunca centrado sobre mí,
siempre apoyado en Ti,
feliz de servir a mis hermanos todos los días de mi vida.

Amén.

La fe

La fe es abandonarse total y confiadamente en manos de Dios, sin esperar a verlo todo claro. Auméntanos la fe.

La fe es depositar la propia vida en manos del auténtico Señor:

Saber, aceptar y reconocer la propia pequeñez. Auméntanos la fe.

La fe es el salto libre del trapequista en el vacío, seguro de encontrarse con las manos de Amigo.

Auméntanos la fe.

La fe es poner a Dios como único absoluto de la propia vida.

Auméntanos la fe.

La fe es la brújula que orienta la vida, que la pone de cara a la felicidad y la justicia, de cara a Dios.

Auméntanos la fe.

La fe es abrirse a hacer la voluntad de Dios, que busca siempre nuestro bien y felicidad.

Auméntanos la fe.

La fe es atreverse cada día a tocar a Dios, seguros de que Él nos dará su fuerza.

Auméntanos la fe.

Oración para servir

La fe es poner en manos de Dios
los problemas de las personas
que amamos
y, a la vez, ponerse manos a la obra para solucionarlos.
Auméntanos la fe.

La fe es aceptar a Dios como respuesta, no siempre fácil
ni evidente, a los interrogantes del ser humano.
Auméntanos la fe.

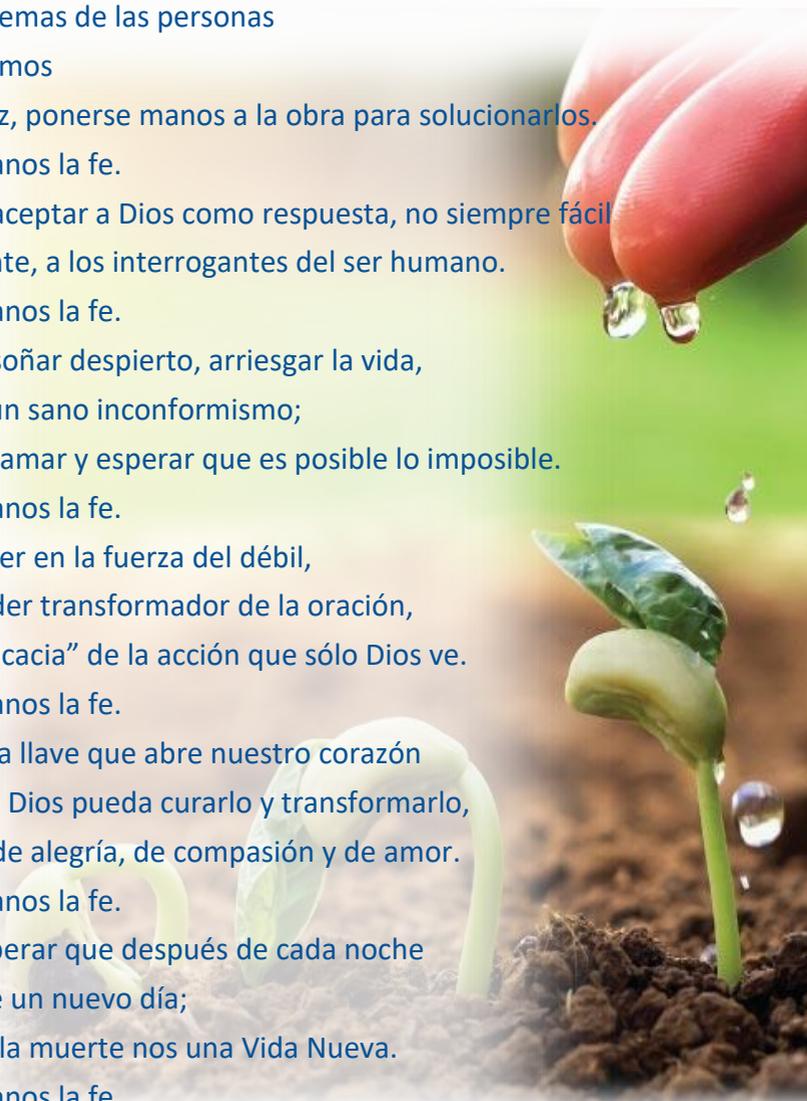
La fe es soñar despierto, arriesgar la vida,
vivir en un sano inconformismo;
es saber amar y esperar que es posible lo imposible.
Auméntanos la fe.

Fe es creer en la fuerza del débil,
en el poder transformador de la oración,
en la “eficacia” de la acción que sólo Dios ve.
Auméntanos la fe.

La fe es la llave que abre nuestro corazón
para que Dios pueda curarlo y transformarlo,
llenarlo de alegría, de compasión y de amor.
Auméntanos la fe.

Fe es esperar que después de cada noche
amanece un nuevo día;
que tras la muerte nos una Vida Nueva.
Auméntanos la fe.

Amén.



El Cirio Pascual y el voluntario de Cáritas

Desde la noche de la Vigilia Pascual preside nuestras celebraciones, en un reinado que dura 50 días en la liturgia, el CIRIO PASCUAL. Una presencia en el altar, que se convierte en magisterio mudo, en escuela simbólica de lo que es la vida nueva del cristiano resucitado.

1ª Lección:

TRABAJO

El Cirio viene de cera. La cera es el resultado de un trabajo infatigable de miles de abejas para reunir esos kilos de cera del cirio. Idas, venidas. Aportaciones pequeñas, fruto de un enjambre en constante actividad. Ésta lección nos llama a gastar para Dios en nuestras actividades toda nuestra fuerza, habilidades y talentos, sin robarle nada.

2ª Lección:

DULZURA

Del panal de cera exprimido salió la miel que guardaban esas celdillas perfectísimas. Una dulzura que en la vida de un voluntario de Cáritas se traduce en dulzura de caridad fraterna: sin odios ni amarguras, sin palabras desabridas, sin brusquedades, sin egoísmos ni pasiones.



El Cirio Pascual y el voluntario de Cáritas

3ª Lección

PUREZA

El Cirio es puro y limpio, como una columna de marfil (tiene que ser de cera virgen). Así lo debe ser nuestra alma y nuestra vida. La cera virgen del Cirio Pascual nos recuerda la pureza y la limpieza del alma con la que debe estar adornada la vida del hijo de Dios, del que es templo de la Santísima Trinidad, del que con frecuencia comulga al Cordero Inmaculado, Jesús Eucaristía, y la de un voluntario de Cáritas.

4ª Lección

RECTITUD

Vertical y fiel a la plomada, marca la única dirección verdadera. Su actitud nos habla del cumplimiento del deber, de justicia, de fidelidad. Así, el camino hacia Dios debe ser recto y continuo, sin desviarnos por gustos, por afectos desordenados, por respetos humanos, sin desfallecer, con constancia.

5ª Lección

DESPRENDIMIENTO

En alto, desprendido del suelo, aspirando al cielo como el ciprés. Es la vida del resucitado, la vida de esperanza, de desprendimiento de los que tenemos aquí nuestra ciudad y patria permanente. Vivimos como de pasada, en una noche, en una tienda de beduinos, que nos hace desinstalarnos de nosotros mismos. Habéis resucitado con Cristo, buscad las cosas de allá arriba, donde está Cristo.



El Cirio Pascual y el voluntario de Cáritas

6ª Lección

SUFRIMIENTO

Es semejante a un pino que sangra. Su piel en la noche de Pascua ha sido rasgada por el punzón, y en él se ha grabado una Cruz. Se ha taladrado por cinco llagas, cinco clavos agudos, que llevan cera e incienso.

El Cirio es imagen de Cristo, espejo de lo que debe ser un cristiano fiel, un auténtico voluntario de Cáritas. El emblema del cristiano es la Cruz. Hace falta siempre seguir pidiendo luz para entender esta Cruz y llegar, como S. Pablo, a embriagarnos con ella, gloriándonos en Jesucristo crucificado.

7ª Lección

AMOR

La vocación del Cirio durante el tiempo pascual es arder. Ser una llama cálida, silenciosa que corona esta figura blanca. También nuestra vocación como voluntarios. Toda la cera del Cirio es para alimentar esa llama. Arder de amor que es lo más noble, bello y grande. Amor a los hermanos y amor a nuestro Dios. Amar al amor. Esto implica negarnos muchas veces y confiar en Él siempre (más me vale amar que tener razón).

8ª Lección

REDENCIÓN Y LUZ

Ilumina a todos los que le rodean. El voluntario de Cáritas está llamado a ser faro apostólico, a irradiar a los que viven en su entorno con criterios, con palabras, con vida evangélica, con humildad, transpirando el buen olor de Cristo que hemos aspirado antes en la noche pascual. Muchos encontrarán así, en nosotros, luz para su camino.

El Cirio Pascual y el voluntario de Cáritas

9ª Lección

SOLEDAD

Está solo, aislado en el presbiterio, alejado de las velas y luces. El voluntario también atraviesa algunas soledades afectivas, la incomprensión de los vecinos, el abandono, la lejanía de su casa en su servicio. Todo ello son pruebas permitidas por el Señor. Pero éste despojo trae la compañía presente de Dios. Se da el salto de gigante desde la máxima pobreza y vacío hasta la máxima riqueza y plenitud. Dios llenará el vacío si aguardamos con paciencia. El Cirio es el Rey de la noche pascual, de las tinieblas y oscuridades. Sabemos que al final de la noche, despunta y se levanta la aurora.

10ª Lección

HOLOCAUSTO (OFRENDA, VÍCTIMA)

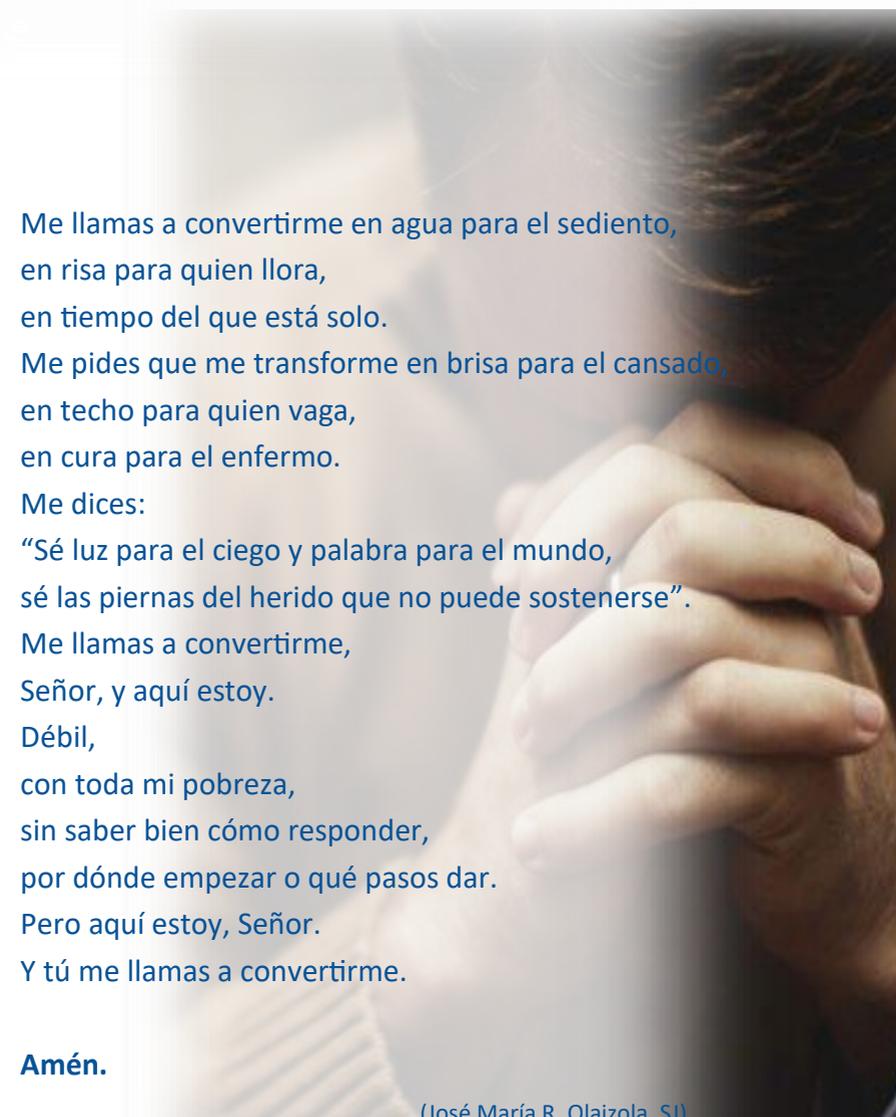
Como el incienso se quema totalmente en el incensario para subir a Dios, para perfumar de buen olor e irradiar ese aroma, así se quema el Cirio totalmente para dar luz. La cera se va fundiendo poco a poco. Va subiendo por las fibras del pábilo hacia lo alto para quemarse. Pasan los días y el Cirio irá menguando, gastándose en el servicio de Dios. Algo así debe ser la vida de un voluntario de Cáritas: consumida y quemada en el altar de la vida para Cristo, para su servicio y alabanza: “Él se entrega, yo me entrego”.

Que Nuestro Señor de los Pobres nos acompañe en éste itinerario pascual a esperar al Espíritu Santo y nos inunde con su paz y alegría durante toda nuestra vida.

Amén.



Me llamas a convertirme



Me llamas a convertirme en agua para el sediento,
en risa para quien llora,
en tiempo del que está solo.
Me pides que me transforme en brisa para el cansado,
en techo para quien vaga,
en cura para el enfermo.
Me dices:
“Sé luz para el ciego y palabra para el mundo,
sé las piernas del herido que no puede sostenerse”.
Me llamas a convertirme,
Señor, y aquí estoy.
Débil,
con toda mi pobreza,
sin saber bien cómo responder,
por dónde empezar o qué pasos dar.
Pero aquí estoy, Señor.
Y tú me llamas a convertirme.

Amén.

(José María R. Olaizola, SJ)

Salmo de las Bienaventuranzas

Aquí estoy, Señor, desbordado por tu Palabra,
fascinado por tus retos en el Sermón de la Montaña.

Dame tu fe para que ame la verdad de tu corazón.
dame tu fe para que rompa los esquemas que me cercan,
entre en la luz de tus caminos y sea fiel a tu Palabra.

Quiero ser feliz y tener un corazón pobre,
quiero ser feliz desde lo humilde, lo sencillo, lo pequeño.

Quiero ser dichoso y tener un corazón manso,
un corazón pleno de firmeza, dulzura y esperanza.

Quiero ser feliz y llorar con el que llora,
llorar con el que sufre y experimentar tu consuelo.

Quiero tener hambre y sed de justicia
y saciarme de tus bienes
sentado a la mesa con los pobres.

Quiero tener un corazón misericordioso
y compasivo, como el tuyo,
y alcanzar un día tu misericordia.

Quiero tener limpio el corazón,
ser sincero y transparente
y ser feliz al contemplar un día tu rostro luminoso.

Quiero ser feliz y trabajar por la paz,
aunque sea perseguido a causa de la justicia,
por defender al hombre y sus derechos.

Quiero ser feliz al vivir cada momento en tu Palabra
y heredar con los pobres y sencillos tu Reino.

Quiero discernir los criterios a seguir
y los pasos a dar en el servicio a los pobres
desde la novedad de los valores del Reino.

Amén

Madre de los pobres

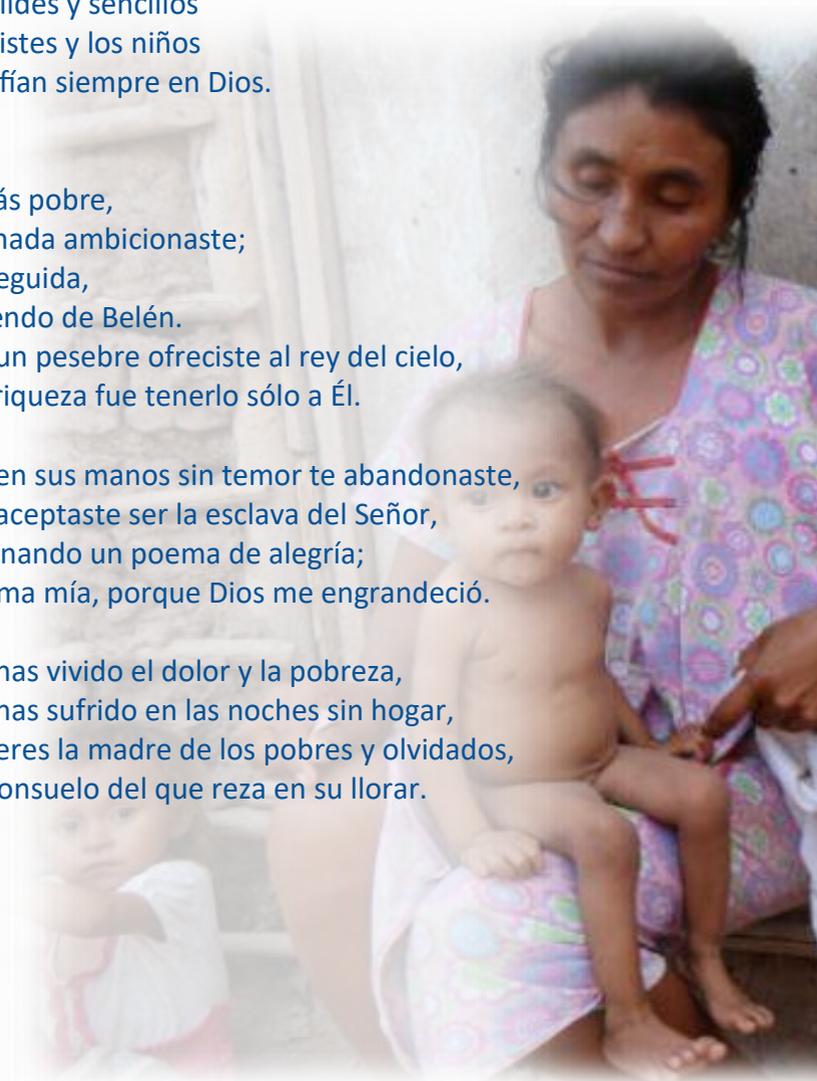
Madre de los pobres,
Los humildes y sencillos
De los tristes y los niños
Que confían siempre en Dios.

Tú, la más pobre,
porque nada ambicionaste;
Tú, perseguida,
vas huyendo de Belén.
Tú, que un pesebre ofreciste al rey del cielo,
toda tu riqueza fue tenerlo sólo a Él.

Tú, que en sus manos sin temor te abandonaste,
Tú, que aceptaste ser la esclava del Señor,
vas entonando un poema de alegría;
Canta alma mía, porque Dios me engrandeció.

Tú, que has vivido el dolor y la pobreza,
Tú, que has sufrido en las noches sin hogar,
Tú, que eres la madre de los pobres y olvidados,
eres el consuelo del que reza en su llorar.

Amén.



Ellos son tu rostro

(Ixcís)

Si no estoy con los pobres e indefensos
no estoy contigo, Señor.

Si los mantengo de mi vida lejos
no estoy contigo, Señor,
aunque haga oración...

Ellos son tu rostro:

los hambrientos, los enfermos,
los presos, los desnudos de todo.

Ellos son tu rostro,
yo diría más perfecto.

Tú, en la noche de la cruz,
uno de ellos.

<https://www.youtube.com/watch?v=723eigEPDhg>

Cinco panes y dos peces

(Ixcís)

¿Qué se puede hacer con cinco panes?

¿Qué se puede hacer con dos peces?

Se pueden hacer muchos milagros
si nada nuestro nos guardamos.

Si hacemos que todo sea de todos
como al principio de la Creación.

<https://www.youtube.com/watch?v=INVhMFhGCNo>



Sigue habiendo (Ixcís)

Sigue habiendo tantos pies que lavar,
sigue habiendo tanta oscuridad que iluminar
tantas cadenas que romper,
pan y vino para el pobre quiero ser.

Sigue habiendo tantos pies que lavar,
sigue habiendo tanta oscuridad que iluminar
tantas cadenas que romper,
fortalece, Señor, mi poca fe.

[https://www.youtube.com/watch?
time_continue=6&v=AYaJAd6jv2k&feature=emb_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=6&v=AYaJAd6jv2k&feature=emb_logo)



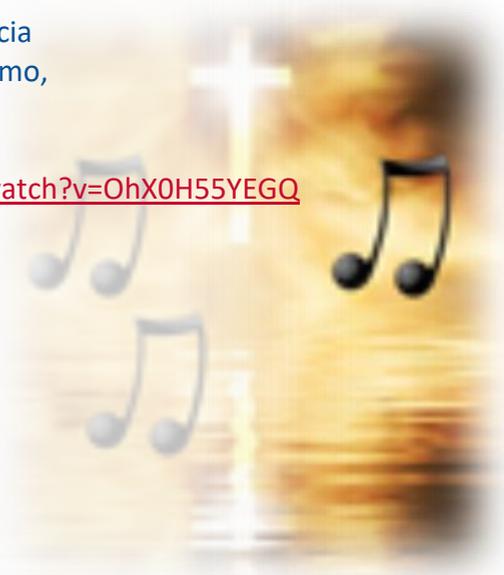
Canciones para orar

¡Levántate! Jesús puede alumbrar tu oscuridad, dar respuesta a tus interrogantes, inundarte de esperanza y felicidad y llenar tu vida de sentido. Seguirle no es un camino fácil: es exigente, requiere capacidad de riesgo y necesita tu compromiso. Pero, ¡no temas! Él SIEMPRE estará contigo, Él guiará tus pasos.

TALITA KUM (Ain Karem)

Talita kum. ¡Levántate!
Si el miedo silencia tu vida
durmiendo todos tus sueños
de un mundo justo y humano
en el que Jesús sea el centro.
Si el ruido ensordece tu oído
sin dejarte escuchar su Palabra,
atrévete a ser tu mismo;
Él toma tu mano y te alza.
Si envuelto en el ritmo diario
no aciertas a hallar su presencia
recuerda que habita en ti mismo,
Él sana tu herida y te alienta

<https://www.youtube.com/watch?v=OhX0H55YEGQ>



LOS FAVORITOS DE DIOS (Luís Guitarra)

Los favoritos de Dios no tienen nada,
los preferidos del Padre nada son,
y yo pensando en ser alguien y en mil bobadas,
mientras hay quienes mueren de dolor.

Los elegidos del Reino son los pobres,
los que malviven sin otra ocupación,
que la de seguir vivos que ya es bastante
cuando les han robado la ilusión.

Un poco de tu pan,
un poco de tu vino,
un poco de esperanza para el corazón.
Un poco de tu luz,
un poco de tu espíritu,
para aquellos que sueñan con la salvación.

Los favoritos de Dios son los pequeños,
los que merecen su máxima atención,
son putas y borrachos, presos, drogatas,
que son los que precisan más amor.

<https://www.youtube.com/watch?v=4KB7IHTNOEU>

DIME CÓMO SER PAN (Salomé Arricibita)

Dime cómo ser pan.
Dime cómo ser pan.
Cómo ser alimento
que sacia por dentro,
que trae la paz.

Dime cómo ser pan.
Dime cómo ser pan.
Dime cómo acercarme
a quien no tiene aliento,
a quien cree que es cuento
el reír, el amar.

Dime cómo ser pan.
Dime cómo dejarme
comer poco a poco,
entregándolo todo
y llenándome más.

Dime cómo ser pan.
Dime cómo ser pan.
Cómo ser para otros,
en todo momento,
alimento y maná.

<https://www.youtube.com/watch?v=rQQRt4G9Zb8>



UN POCO DE FE

(Ixcís)

No, no necesito más,
no necesito más, sólo fe.

No, no necesito más
para andar sobre los mares
que un poco de fe.

Vivo en la contradicción
de no andar por tus caminos,
aunque sé que es lo mejor.

No, no hago caso, me resisto,
no ahondo, me despisto,
ni siquiera sé quién soy.

Que tu luz me ayude a ver
el sendero que he de andar
para llegar a mi verdad.

Hazme, Padre, comprender
que nada es imposible,
puedo volver a nacer.

Vivo en la contradicción
de no ver a mis hermanos
y me cierro en mi yo.

Lucho, me canso y desisto,
no me encuentro a mí mismo
y me siento aún peor.

Que tu luz me ayude a ver
el sendero que he de andar
para llegar a mi verdad.

Hazme, Padre, comprender
que nada es imposible,
puedo volver a nacer.

<https://www.youtube.com/watch?v=5Aafr4JK1Dc>