



ORACIONES E HIMNOS

SEÑAL DE LA CRUZ

En el nombre del Padre y del Hijo
y del Espíritu Santo. Amén.

GLORIA

Gloria al Padre y al Hijo y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. Amén.

I. A DIOS PADRE

PADRE NUESTRO

Padre nuestro que estás en el cielo,
santificado sea tu Nombre;
venga a nosotros tu Reino;
hágase tu voluntad
en la tierra como en el cielo.
Danos hoy nuestro pan de cada día;
perdona nuestras ofensas,
como también nosotros
perdonamos a los que nos ofenden;
no nos dejes caer en la tentación,
y líbranos del mal. Amén

BENEDICTUS

Bendito sea el Señor, Dios de Israel,
porque ha visitado y redimido a su pueblo,
suscitándonos una fuerza de salvación
en la casa de David, su siervo,
según lo había predicho desde antiguo
por boca de sus santos Profetas.
Es la salvación que nos libra de nuestros enemigos
y de la mano de todos los que nos odian;
realizando la misericordia que tuvo con nuestros padres,
recordando su santa alianza y el juramento que juró
a nuestro padre Abrahán.
Para concedernos que, libres de temor,
arrancados de la mano de los enemigos,
le sirvamos con santidad y justicia,
en su presencia, todos nuestros días.
Y a ti, niño, te llamarán profeta del Altísimo,
porque irás delante del Señor a preparar sus caminos,
anunciando a su pueblo la salvación,
el perdón de sus pecados.
Por la entrañable misericordia de nuestro Dios,
nos visitará el sol que nace de lo alto,
para iluminar a los que viven en tinieblas
y en sombra de muerte,
para guiar nuestros pasos
por el camino de la paz. Gloria...

TE DEUM

A ti, oh Dios, te alabamos,
a ti, Señor, te reconocemos.
A ti, eterno Padre,
te venera toda la creación.
Los ángeles todos,
los cielos y todas las potestades te
honran.
Los querubines y serafines te cantan sin
cesar:
Santo, Santo, Santo es el Señor,
Dios del universo.
Los cielos y la tierra
están llenos de la majestad de tu gloria.
A ti te ensalza
el glorioso coro de los Apóstoles,
la multitud admirable de los Profetas,
el blanco ejército de los mártires.
A ti la Iglesia santa,
extendida por toda la tierra, te
proclama:
Padre de inmensa majestad,
Hijo único y verdadero, digno de
adoración,
Espíritu Santo, Defensor.
Tú eres el Rey de la gloria, Cristo.
Tú eres el Hijo único del Padre.
Tú, para liberar al hombre,
aceptaste la condición humana
sin desdeñar el seno de la Virgen.

Tú, rotas las cadenas de la muerte,
abriste a los creyentes el reino del cielo.
Tú te sientas a la derecha de Dios
en la gloria del Padre.
Creemos que un día
has de venir como juez.
Te rogamos, pues, que vengas en ayuda
de tus siervos,
a quienes redimiste con tu preciosa
sangre.
Haz que en la gloria eterna nos
asociemos a tus santos.
Salva a tu pueblo, Señor,
y bendice tu heredad.
Sé su pastor
y ensálzalo eternamente.
Día tras día te bendecimos
y alabamos tu nombre para siempre,
por eternidad de eternidades.
Dígnate, Señor, en este día
guardarnos del pecado.
Ten piedad de nosotros, Señor,
ten piedad de nosotros.
Que tu misericordia, Señor,
venga sobre nosotros,
como lo esperamos de ti.
En ti, Señor, confíe,
no me veré defraudado para siempre.

3.2. POR EL HIJO

ALMA DE CRISTO

Alma de Cristo, santifícame.
Cuerpo de Cristo, sálvame.
Sangre de Cristo, embriágame.
Agua del costado de Cristo, lávame.
Pasión de Cristo, confórtame.
¡Oh, buen Jesús!, óyeme.
Dentro de tus llagas, escóndeme.
No permitas que me aparte de ti.
Del maligno enemigo, defiéndeme
En la hora de mi muerte, llámame.
Y mándame ir a ti.
Para que con tus santos te alabe.
Por los siglos de los siglos. Amén

TOMA, SEÑOR, Y RECIBE

(San Ignacio de Loyola)

Toma, Señor, y recibe toda mi libertad,
mi memoria, mi entendimiento, y toda mi voluntad,
todo mi haber y poseer;
Tú me lo diste, a ti, Señor, lo devuelvo;
todo es tuyo, dispón de todo según tu voluntad;
dame tu amor y gracia,
que eso me basta.

ORACIÓN PARA IRRADIAR A CRISTO

(John Henry Newman)

Amado Señor,
 Ayúdame a esparcir tu fragancia donde quiera que vaya.
 Inunda mi alma de espíritu y vida.
 Penetra y posee todo mi ser hasta tal punto que toda mi vida sólo sea una emanación
 de la tuya.
 Brilla a través de mí, y mora en mí de tal manera que todas las almas que entren en
 contacto conmigo puedan sentir tu presencia en mi alma.
 Haz que me miren y ya no me vean a mí sino solamente a ti, oh Señor.
 Quédate conmigo y entonces comenzaré a brillar como brillas tú; a brillar para servir
 de luz a los demás a través de mí.
 La luz, oh Señor, irradiará toda de ti; no de mí; serás tú, quien ilumine a los demás a
 través de mí.
 Permíteme pues alabarte de la manera que más te gusta, brillando para quienes me
 rodean.
 Haz que predique sin predicar, no con palabras sino con mi ejemplo, por la fuerza
 contagiosa, por la influencia de lo que hago, por la evidente plenitud del amor que te
 tiene mi corazón. Amén.

ESTACIONES DEL VÍA CRUCIS

L. Te adoramos ¡oh! Cristo y te bendecimos,

A. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

1. Jesús es condenado a muerte.
2. Jesús carga con la cruz.
3. Jesús cae por primera vez.
4. Jesús encuentra a su Santísima Madre.
5. Simón el Cirineo le ayuda a llevar la cruz.

6. La Verónica limpia el rostro de Jesús.
7. Jesús cae por segunda vez.
8. Las mujeres de Jerusalén lloran por Jesús.
9. Jesús cae por tercera vez.
10. Jesús es despojado de sus vestiduras.
11. Jesús es clavado en la cruz.
12. Jesús muere en la cruz.
13. El cuerpo de Jesús es bajado de la cruz.
14. El cuerpo de Jesús es colocado en el sepulcro.

Al Santísimo Sacramento

Canta, lengua, el misterio del Cuerpo glorioso y de la Sangre preciosa, que el Rey de las naciones, fruto de un vientre generoso, derramó como rescate del mundo.

Veneremos, pues, postrados tan augusto Sacramento,
y a la antigua ceremonia sustituya el rito nuevo;
supla la fe incommovible del sentido los defectos.

Al Padre y al Hijo alabanza y triunfo excelso, salud, honor, poderío, bendición y respeto; y al que de entrambos procede igual loor tributemos. Amén.

V. Les diste pan del cielo (T.P. aleluya).

R. Que contiene en si todo deleite (T.P. aleluya).

ORACIÓN:

Oh Dios, que en este Sacramento admirable nos dejaste el memorial de tu Pasión, te pedimos nos concedas venerar de tal modo los sagrados misterios de tu Cuerpo y de tu Sangre, que experimentemos constantemente en nosotros el fruto de tu Redención. Tú que vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén.

BENDICIÓN:

Bendito sea Dios,
Bendito sea su santo Nombre,
Bendito sea Jesucristo, Dios y hombre verdadero,
Bendito sea el nombre de Jesús,
Bendito sea su sacratísimo Corazón,
Bendita sea su preciosísima Sangre,
Bendito sea Jesús en el santísimo Sacramento del Altar,
Bendito sea el Espíritu Santo Paráclito,
Bendita sea la excelsa Madre de Dios, María Santísima.
Bendita sea su santa e Inmaculada Concepción,
Bendita sea su gloriosa Asunción a los cielos,
Bendito sea el nombre de María, Virgen y Madre,
Bendito sea san José, su castísimo esposo,
Bendito sea Dios en sus Ángeles y en sus Santos.

3.3. EN EL ESPÍRITU SANTO

Veni Creator

Ven, Espíritu Creador,
visita las almas de tus fieles
llena con tu divina gracia,

los corazones que creaste.
Tú, a quien llamamos Paráclito,
don de Dios Altísimo,
fuente viva, fuego,
caridad y espiritual unción.
Tú derramas sobre nosotros los siete dones;
Tú, dedo de la diestra del Padre;
Tú, fiel promesa del Padre;
que inspiras nuestras palabras.
Ilumina nuestros sentidos;
infunde tu amor en nuestros corazones;
y, con tu perpetuo auxilio,
fortalece la debilidad de nuestro cuerpo.
Aleja de nosotros al enemigo,
danos pronto la paz,
sé nuestro director y nuestro guía,
para que evitemos todo mal.
Por ti conozcamos al Padre,
al Hijo revélanos también;
Creamos en ti, su Espíritu,
por los siglos de los siglos
Gloria a Dios Padre,
y al Hijo que resucitó,
y al Espíritu Consolador,
por los siglos de los siglos. Amén.

Ven Santo Espíritu

Ven, Espíritu divino,
manda tu luz desde el cielo.
Padre amoroso del pobre;
don, en tus dones espléndido;
luz que penetra las almas;
fuente del mayor consuelo.
Ven, dulce huésped del alma,
descanso de nuestro esfuerzo,
tregua en el duro trabajo,
brisa en las horas de fuego,
gozo que enjuga las lágrimas
y reconforta en los duelos.

Entra hasta el fondo del alma,
divina luz, y enriquécenos.
Mira el vacío del hombre,
si tú le faltas por dentro;
mira el poder del pecado,
cuando no envías tu aliento.
Riega la tierra en sequía,
sana el corazón enfermo,
lava las manchas,
infunde calor de vida en el hielo,
doma el espíritu indómito,
guía al que tuerce el sendero.
Reparte tus siete dones,
según la fe de tus siervos;
por tu bondad y tu gracia,
dale al esfuerzo su mérito;
salva al que busca salvarse
y danos tu gozo eterno. Amén.

3.4 ORACIONES A NUESTRA SEÑORA

Oración a la Virgen del Colegio

¡Oh Señora mía, Oh Madre mía! Yo me ofrezco enteramente a ti; y en prueba de mi amor de hijo te consagro en este día mis ojos, mis oídos, mi lengua, mi corazón; en una palabra, todo mi ser. Ya que soy todo tuyo, Madre buena, guárdame y defiéndeme como cosa y posesión tuya. Amén.

Acordaos (El “Memorare” de San Bernardo)

Acuérdate, ¡Oh piadosísima Virgen María!,
que jamás se ha oído decir
que ninguno de los que han acudido a tu protección, implorado tu asistencia y
reclamado tu auxilio,
haya sido abandonado por ti.
Animado por esta confianza, a ti también acudo,
¡Oh Virgen, Madre de las Vírgenes!
Y aunque gimiendo bajo el peso de mis pecados
me atrevo a presentarme ante tu presencia soberana;
no desprecies, ¡Oh Madre de Dios!, mis súplicas,
antes bien, escúchalas y concédeme, según tu voluntad,
lo que te pido. Amén.

Ángelus

L. El ángel del Señor anunció a María.
R. Y concibió por obra y gracia del Espíritu Santo.
Dios te salve, María...

L. He aquí la esclava del Señor.
R. Hágase en mí según tu palabra.
Dios te salve, María...

L. Y el Verbo de Dios se hizo carne.
R. Y habitó entre nosotros.
Dios te salve, María...

Ruega por nosotros, Santa Madre de Dios,
para que seamos dignos de alcanzar
las promesas de Jesucristo.

Oremos:

Infunde, Señor, tu gracia en nuestras almas,
para que, los que hemos conocido, por el anuncio del Ángel,
la Encarnación de tu Hijo Jesucristo,
lleguemos por los méritos de su Pasión y su Cruz,
a la gloria de la Resurrección.
Por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.

Gloria al Padre...

Ave María

Dios te salve, María,
llena eres de gracia;
el Señor es contigo.
Bendita tú eres
entre todas las mujeres,
y bendito es el fruto de tu vientre, Jesús.
Santa María, Madre de Dios,
ruega por nosotros, pecadores,
ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén

Bajo tu protección

Bajo tu amparo nos acogemos,
Santa Madre de Dios;
no deseches las súplicas
que te dirigimos
en nuestras necesidades;
antes bien, líbranos siempre
de todo peligro,
¡Oh Virgen gloriosa y bendita!

Bendita sea tu pureza

Bendita sea tu pureza y eternamente lo sea,
pues todo un Dios se recrea, en tan graciosa belleza.
A ti celestial princesa, Virgen Sagrada María,
Yo te ofrezco en este día, alma vida y corazón.
Mírame con compasión, no me dejes, Madre mía.
Y danos tu santa bendición. Amén.

Regina Caeli (en tiempo pascual)

Reina del cielo alégrate; aleluya.
Porque el Señor a quien has merecido llevar; aleluya.
Ha resucitado según su palabra; aleluya.
Ruega al Señor por nosotros; aleluya.
Gózate y alégrate, Virgen María; aleluya.
Porque verdaderamente ha resucitado el Señor; aleluya.

OREMOS

Oh Dios, que por la resurrección de tu Hijo,
nuestro Señor Jesucristo,
has llenado el mundo de alegría,
concédenos, por intercesión de su Madre,
la Virgen María, llegar a alcanzar los gozos eterno.
Por nuestro Señor Jesucristo.
Amén.

Magnificat

Proclama mi alma
la grandeza del Señor,
se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador;
porque ha mirado la humillación de su esclava.
Desde ahora me felicitarán
todas las generaciones,
porque el Poderoso ha hecho obras grandes por mí:
su nombre es santo,
y su misericordia llega a sus fieles
de generación en generación.
Él hace proezas con su brazo:
dispersa a los soberbios de corazón,
derriba del trono a los poderosos
y enaltece a los humildes,
a los hambrientos los colma de bienes
y a los ricos los despide vacíos.
Auxilia a Israel, su siervo,
acordándose de la misericordia
—como lo había prometido a nuestros padres—
en favor de Abrahán
y su descendencia por siempre.
Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos.
Amén.

Salve Regina

Dios te salve,
Reina y Madre de misericordia,
vida, dulzura y esperanza nuestra;
Dios te salve.
A ti llamamos
los desterrados hijos de Eva;
a ti suspiramos, gimiendo y llorando
en este valle de lágrimas.
Ea, pues, Señora, abogada nuestra,

vuelve a nosotros
esos tus ojos misericordiosos;
y después de este destierro,
muéstranos a Jesús,
fruto bendito de tu vientre.
¡Oh, clemente, oh piadosa,
oh dulce Virgen María!

Ruega por nosotros
Santa Madre de Dios
Para que seamos dignos
de alcanzar las promesas
de Nuestro Señor Jesucristo.
Amén.

LOS MISTERIOS DEL ROSARIO:

Misterios gozosos (lunes y sábados)

1. La encarnación del Hijo de Dios.
2. La visitación de Nuestra Señora a su prima Santa Isabel.
3. El nacimiento del Hijo de Dios.
4. La Presentación de Jesús en el templo.
5. El Niño Jesús perdido y hallado en el templo.

Misterios luminosos (jueves)

1. El Bautismo de Jesús en el Jordán.
2. La autorrevelación de Jesús en las bodas de Caná.
3. El anuncio del Reino de Dios invitando a la conversión.
4. La Transfiguración.
5. La Institución de la Eucaristía.

Misterios dolorosos (martes y viernes)

1. La Oración de Jesús en el Huerto.
2. La Flagelación del Señor.
3. La Coronación de espinas.
4. Jesús con la Cruz a cuestas camino del Calvario.
5. La Crucifixión y Muerte de Nuestro Señor.

Misterios gloriosos (miércoles y domingos)

1. La Resurrección del Hijo de Dios.
2. La Ascensión del Señor a los Cielos.
3. La Venida del Espíritu Santo sobre los Apóstoles.
4. La Asunción de Nuestra Señora a los Cielos.
5. La Coronación N. Sra. como Reina de Cielos y Tierra.

Letanías de la Virgen

Señor, ten piedad
Señor, ten piedad
Cristo, ten piedad
Cristo, ten piedad
Señor, ten piedad.
Señor, ten piedad
Cristo, óyenos.
Cristo, escúchanos.
Dios, Padre celestial,
ten piedad de nosotros.
Dios, Hijo, Redentor del mundo,
Dios, Espíritu Santo,
Santísima Trinidad, un solo Dios,
Santa María,
ruega por nosotros.
Santa Madre de Dios,
Santa Virgen de las Vírgenes,
Madre de Cristo,
Madre de la Iglesia,
Madre de la divina gracia,
Madre purísima,
Madre castísima,
Madre siempre virgen,
Madre inmaculada,
Madre amable,
Madre admirable,
Madre del buen consejo,
Madre del Creador,
Madre del Salvador,
Madre de misericordia,
Virgen prudentísima,

Virgen digna de veneración,
Virgen digna de alabanza,
Virgen poderosa,
Virgen clemente,
Virgen fiel,
Espejo de justicia,
Trono de la sabiduría,
Causa de nuestra alegría,
Vaso espiritual,
Vaso digno de honor,
Vaso de insigne devoción,
Rosa mística,
Torre de David,
Torre de marfil,
Casa de oro,
Arca de la Alianza,
Puerta del cielo,
Estrella de la mañana,
Salud de los enfermos,
Refugio de los pecadores,
Consoladora de los afligidos,
Auxilio de los cristianos,
Reina de los Ángeles,
Reina de los Patriarcas,
Reina de los Profetas,
Reina de los Apóstoles,
Reina de los Mártires,
Reina de los Confesores,
Reina de las Vírgenes,
Reina de todos los Santos,
Reina concebida sin pecado original,
Reina asunta a los Cielos,
Reina del Santísimo Rosario,
Reina de la familia,
Reina de la paz.
(Reina de la Compañía de Jesús)
Cordero de Dios, que quitas el pecado del mundo,
perdónanos, Señor.
Cordero de Dios, que quitas el pecado del mundo,
escúchanos, Señor.

Cordero de Dios, que quitas el pecado del mundo,
ten misericordia de nosotros.
Ruega por nosotros, Santa Madre de Dios.
Para que seamos dignos de las promesas de Cristo.

OREMOS:

Te pedimos Señor,
nos concedas a nosotros tus siervos,
gozar de perpetua salud de alma y cuerpo,
y por la gloriosa intercesión
de la bienaventurada siempre Virgen María,
seamos librados de las tristezas presentes
y gocemos de la eterna alegría.
Por Jesucristo, nuestro Señor. Amén.

3.5. ORACIONES VARIAS

Oración para comenzar el día (Cardenal Suenens)

Señor: En el silencio de este día naciente,
vengo a pedirte la paz, la sabiduría, la fuerza.
Quiero mirar hoy el mundo con ojos repletos de amor.
Ser paciente, comprensivo, dulce y sabio.
Ver a tus hijos como tú los ves, más allá de las apariencias,
y así no ver más que el bien en cada uno.
Cierra mis oídos a toda calumnia,
guarda en mi lengua de toda malquerencia,
que sólo los buenos pensamientos habiten mi espíritu,
que sea tan benévolo y tan dichoso
que cuantos se me acerquen sientan tu presencia.
Revísteme de tu bondad, Señor,
y que a lo largo de este día te revele.

El eterno reposo

Dale Señor el descanso eterno.
Brille para él la luz perpetua.
Descanse en paz. Amén

Acción de Gracias

Bendito seas, Señor, por haberme seguido dando la vida
en el día de hoy.

Bendito seas, Señor, por haberme seguido dando capacidad y medios de trabajar en el
día de hoy.

Bendito seas, Señor por procurarme trabajo y comida
en el día de hoy.

Bendito seas, Señor, por bañarme en la luz de tu sol durante
el día de hoy.

Bendito, seas Señor, por haber hecho la naturaleza tan hermosa y por ofrecerme su
espectáculo.

Bendito seas, Señor, por haberme dado compañeros de trabajo, de penas y de alegrías
en el día de hoy.

Bendito seas, Señor, por todo cuanto me has dado en el día de hoy.

Bendito seas, Señor, porque eres grande, luminoso y bueno.

Bendito seas, Señor, por ser el que eres y no poder quitar nada a nadie ni recibir nada
de nadie.

Bendito seas, Señor, porque sólo tu eres inteligencia y amor, luz inmaterial que nada
podrá oscurecer, bondad que nada podrá empequeñecer.

Bendito seas, Señor, por hallarte más allá de mi mirada y, sin embargo, dentro del
término de mi fe y de mi amor.

Bendito seas, ¡oh Dios!, por ser el infinito que se abre entre mí y la bienaventuranza
que me da cita.

Acto de esperanza

Señor Dios mío, espero por tu gracia
la remisión de todos mis pecados;
y después de esta vida,
alcanzar la eterna felicidad,
porque tú lo prometiste que eres
infinitamente poderoso,
fiel, benigno y lleno de misericordia.
Quiero vivir y morir en esta esperanza. Amén.

Acto de Contrición

Jesús, mi Señor y Redentor;

Yo me arrepiento de todos los pecados
que he cometido hasta hoy,
y me pesa de todo corazón
porque con ellos
ofendí a un Dios tan bueno.
Propongo con tu gracia
no volver a pecar
y confío que por tu infinita misericordia
me has de conceder
el perdón de mis culpas
y me has de llevar a la vida eterna.
Amén.
Acto de confianza en Dios
(San Claudio de La Colombiere, S.I.)

Estoy tan convencido, Dios mío, de que velas sobre todos los que esperan en ti y de que no puede faltar cosa alguna a quien de ti las aguarda todas, que he determinado vivir en adelante sin ningún cuidado, descargándome en ti de toda mi solicitud. Despójeme los hombres de los bienes y de la honra, privenme las enfermedades de las fuerzas y medios de servirte, pierda yo por mi mismo la gracia pecando; que no por eso perderé la esperanza, antes la conservaré hasta el postrer suspiro de mi vida, y vanos serán los esfuerzos de todos los demonios del infierno para arrancármela, porque con vuestros auxilios me levantaré de la culpa.

Aguarden unos la felicidad de sus riquezas o talentos; descansen otros en la inocencia de su vida, en la aspereza de su penitencia, en la multitud de sus buenas obras, o en el fervor de sus oraciones; en cuanto a mí, toda mi confianza se funda en la seguridad con que espero ser ayudado de ti, y en el firme propósito que tengo de cooperar a tu gracia.

Confianza como esta jamás a nadie salió fallida. Así que seguro estoy de ser eternamente bienaventurado, porque espero firmemente serlo, y porque tú, Dios mío, eres de quien lo espero todo.

Bien conozco que de mi soy frágil y mudable; sé cuánto pueden las tentaciones contra las virtudes más robustas; he visto caer las estrellas del cielo y las columnas del firmamento; pero nada de eso logra acobardarme.

Mientras espere de veras, libre estoy de toda desgracia; y de que esperaré siempre estoy cierto, porque espero también esta esperanza invariable. En fin, para mí es seguro que nunca será demasiado lo que espere de ti, y que nunca tendré menos de lo que hubiere esperado.

Por tanto, espero que me sostendrás sin dejarme caer en los riesgos más inminentes y me defenderás aun de los ataques más furiosos, y harás que mi flaqueza triunfe de los más espantosos enemigos.

Espero que me amarás a mi siempre, siempre, y yo a mi vez te amaré sin intermisión; y para llegar de un solo vuelo con la esperanza hasta donde puede llegarse, te espero a ti mismo, oh Criador mío, para el tiempo y para la eternidad. Amén.

Oración a Jesucristo Modelo (Pedro Arrupe, S.I.)

Señor: meditando el modo nuestro de proceder he descubierto que el ideal de nuestro modo de proceder es el modo de proceder tuyo. Por eso fijo mis ojos en ti, los ojos de la fe, para contemplar tu iluminada figura tal cual aparece en el Evangelio. Yo soy uno de aquellos de quienes dice San Pedro: "a quien amáis sin haberle visto, en quien creéis aunque de momento no le veáis, rebotando de alegría inefable y gloriosa".

Señor, Tú mismo nos dijiste: "os he dado ejemplo para que me imitéis". Quiero imitarte hasta el punto de que pueda decir a los demás: "sed imitadores míos, como yo lo he sido de Cristo". Ya que no pueda decirlo físicamente como San Juan, al menos quisiera poder proclamar con el ardor y sabiduría que me concedas, "lo que he oído, lo que he visto con mis ojos, lo que he tocado con mis manos acerca de la Palabra de Vida; pues la Vida se manifestó y yo lo he visto y doy testimonio".

Dame, sobre todo, el "Sensus Christi" que Pablo poseía: que yo pueda sentir con tus sentimientos, los sentimientos de tu Corazón con que amabas al Padre y a los hombres. Jamás nadie ha tenido mayor caridad que tú, que diste la vida por tus amigos, culminando con tu muerte en cruz el total abatimiento, kénosis, de tu encarnación. Quiero imitarte en esa interna y suprema disposición y también en tu vida de cada día, actuando, en lo posible, como tú procediste.

Enséñame tu modo de tratar con los discípulos, con los pecadores, con los niños, con los fariseos o con Pilatos y Herodes; también con Juan Bautista aun antes de nacer y después en el Jordán. Cómo trataste con tus discípulos, sobre todo los más íntimos: con Pedro, con Juan y también con el traidor Judas. Comunícame la delicadeza con que les trataste en el lago de Tiberíades preparándoles de comer, o cuando les lavaste los pies.

Que aprenda de ti, como lo hizo San Ignacio, tu modo al comer y beber; cómo tomabas parte en los banquetes; cómo te portabas cuando tenías hambre y sed, cuando sentías cansancio tras las caminatas apostólicas, cuando tenías que reposar y dar tiempo al sueño.

Enséñame a ser compasivo con los que sufren; con los pobres, con los leprosos, con los ciegos, con los paralíticos; muéstrame cómo manifestabas tus emociones profundísimas hasta derramar lágrimas; o cómo cuando sentiste aquella mortal angustia que te hizo sudar sangre e hizo necesario el consuelo del ángel. Y, sobre todo, quiero aprender el modo como manifestaste aquel dolor máximo en la cruz, sintiéndote abandonado del Padre.

Ésa es la imagen tuya que contemplo en el Evangelio: ser noble, sublime, amable, ejemplar; que tenía la perfecta armonía entre vida y doctrina; que hizo exclamar a tus enemigos "eres sincero, enseñas el camino de Dios con franqueza, no te importa de nadie, no tienes acepción de personas"; aquella manera varonil, dura para contigo mismo, con privaciones y trabajos; pero para con los demás lleno de bondad y amor y de deseo de servirles.

Eras duro, cierto, para quienes tienen malas intenciones; pero también es cierto que con tu amabilidad atraías a las multitudes hasta el punto que se olvidaban de comer; que los enfermos estaban seguros de tu piedad para con ellos; que tu conocimiento de la vida humana te permitía hablar en parábolas al alcance de los humildes y sencillos; que ibas sembrando amistad con todos, especialmente con tus amigos predilectos, como Juan, o aquella familia de Lázaro, Marta y María; que sabías llenar de serena alegría una fiesta familiar, como en Caná.

Tú constante contacto con tu Padre en la oración, antes del alba, o mientras los demás dormían era consuelo y aliento para predicar el Reino.

Enséñame tu modo de mirar, como miraste a Pedro para llamarle o para levantarlo; o como miraste al joven rico que no se decidió a seguirte; o como miraste bondadoso a las multitudes agolpadas en torno a ti; o con ira cuando tus ojos se fijaban en los insinceros.

Quisiera conocerte como eres: tu imagen sobre mí bastará para cambiarme. El Bautista quedó subyugado en su primer encuentro contigo; el centurión de Cafarnaum se siente abrumado por tu bondad; y un sentimiento de estupor y maravilla invade a quienes son testigos de la grandeza de tus prodigios. El mismo pasmo sobrecoge a tus discípulos; y los esbirros del Huerto caen atemorizados. Pilatos se siente inseguro y su mujer se asusta. El centurión que te ve morir descubre tu divinidad en tu muerte.

Desearía verte como Pedro, cuando sobrecogido de asombro tras la pesca milagrosa, toma conciencia de su condición de pecador en tu presencia. Querría oír tu voz en la

sinagoga de Cafarnaum, o en el Monte, o cuando te dirigías a la muchedumbre "enseñando con autoridad", una autoridad que sólo del Padre te podía venir.

Haz que nosotros aprendamos de ti en las cosas grandes y en las pequeñas, siguiendo tu ejemplo de total entrega al amor al Padre y a los hombres, hermanos nuestros, sintiéndonos muy cerca de ti, pues te abajaste hasta nosotros, y al mismo tiempo tan distantes de ti, Dios infinito.

Danos esa gracia, danos el 'Sensus Christi', que vivifique nuestra vida toda y nos enseñe -incluso en las cosas exteriores- a proceder conforme a tu espíritu. Enséñanos tu 'modo' para que sea 'nuestro modo' en el día de hoy y podamos realizar el ideal de Ignacio: ser compañeros tuyos, 'Alter Christus', colaboradores tuyos en la obra de la redención.

Pido a María, tu Madre Santísima, de quien naciste, con quien conviviste 33 años, y que tanto contribuyó a plasmar y formar tu modo de ser y de proceder, que forme en mí y en todos los hijos de la Compañía, otros tantos Jesús como tú.

Padre, me pongo en tus manos (Carlos de Foucauld)

Padre, me pongo en tus manos.
Haz de mí lo que quieras.
Sea lo que fuere, por ello te doy las gracias.
Estoy dispuesto a todo.
Lo acepto todo,
con tal de que se cumpla tu voluntad en mí
y en todas tus criaturas.
No deseo nada más, Padre.
Te encomiendo mi alma,
te la entrego con todo el amor de que soy capaz,
porque te amo y necesito darme,
ponerme en tus manos sin medida,
con infinita confianza, porque tu eres mi Padre.

Nada te turbe (Santa Teresa)

Nada te turbe, nada te espante todo se pasa,

Dios no se muda, la paciencia todo lo alcanza,
quien a Dios tiene nada le falta sólo Dios basta.

Oración de la paz (San Francisco de Asís)

Señor, hazme instrumento de tu paz.
Que donde haya odio, siembre yo amor,
Donde haya duda, fe.
Donde haya desesperación, esperanza,
Donde haya tinieblas, luz,
Donde haya tristeza, alegría.
Concédeme, maestro bueno,
Que no busque ser consolado, sino consolar;
Ser comprendido, sino comprender;
Ser amado, sino amar.
Pues es dando como recibimos;
perdonando como seremos perdonados
y muriendo como naceremos a la vida verdadera.
Amén.