

"Al rezar... no uséis muchas palabras"

"Padre, me pongo en tus manos... haz de mi lo que quieras". C. de Foucauld

"Señor, no pases de largo". Gn 18, 3

"Haced lo que él os diga". Jn 2, 5

1. En primer lugar, RELÁJATE y prepara tu oración. Evita toda tensión y silencia los ruidos que haya en ti.
2. DESCÁLZATE, porque la tierra que pisas es sagrada. Desnúdate de tus prejuicios para que tu oración sea auténtica. Quieres encontrarte con Dios, cara a cara. Sólo tú y Él.
3. CAE EN LA CUENTA de la presencia de Dios. Es Dios quien te busca, antes de que tú le busques a Él.
4. HAZ UN ACTO DE FE en la presencia de Jesús en la Eucaristía: "Creo Señor, que estás aquí, que estoy en tu presencia... y te adoro profundamente".
5. INVOCA al Espíritu Santo para que ore en ti. Sin Él no hay oración.
6. ESCUCHA. El cielo emite noche y día. Si piensas que Dios no te responde, y que tu oración es un monólogo, toma la Biblia o alguna de las oraciones que tienes en la otra parte de la hoja.
7. SABOREA lo que lees con el corazón, como María, para ser fecundado por el Espíritu.
8. ORA EN SENCILLEZ, con pocas palabras. Dios te conoce y sabe lo que te pasa mejor que tú mismo.
9. Pide a Dios un corazón capaz de amar, capaz de ver la vida de otro modo. No pidas que se cumplan tus planes, sino los de Dios.
10. Si piensas que no has conseguido nada, que has perdido el tiempo, recuerda que la oración ayuda a SER y no sólo a hacer. Que Dios es como el sol, 'broncea' sólo con ponerse delante de Él.

Nunca acabes tu oración. La oración sigue en la vida.

Orar, es entrar en el silencio, dentro de uno mismo. Jesús también oraba, en el silencio. Nos regaló su mejor oración. Jesús oraba constantemente: Padre nuestro. En verdad, la oración hace al hombre. Jesús oraba con audacia y con ternura. Jesús no tenía miedo a Dios. Le llamaba Padre.

Jesús oraba, dando su vida, a diario, al partir el pan... Desde entonces toda oración es eco de esta Cena de amistad. Jesús oró, antes de ser arrestado, en las tinieblas de la agonía... Jesús murió orando".