



ORACIÓN POR LA FAMILIA

NÚMERO 8. MES JUNIO 2026



Delegación diocesana de Laicos, Familia y Vida
laicos@mondonedoferrol.org

AMBIENTACIÓN

Para crear un ambiente cálido de oración, puedes colocar velas encendidas a los pies del altar, alrededor del Sagrario... Juega también con las luces del lugar de la oración. Utiliza telas y velas a distintas alturas, pero con suficiente espacio para poner cartelitos con los nombres de los familiares por los que se va a orar.

Distribuye por los bancos la oración final. Acoge a los participantes según llegan y entrégales un cartelito donde escribirán el nombre de por quien quieren rezar. Todos los cartelitos con los nombres se distribuirán entre las velas. Cuando todos estemos sentados, se iniciará la oración.

ANTES DE INICIAR LA ORACIÓN

El primer día, o cuando haya gente nueva, se explicará brevemente lo siguiente:

1

¿QUÉ ES ORAR?

Orar es estar muchas veces a solas con quien sabemos nos ama (Santa Teresa de Jesús). Se debe introducir **brevemente** este concepto.

2

POSTURA Y SILENCIO

Tú, en cambio, cuando vayas a orar, entra en tu aposento y, después de cerrar la puerta, ora a tu Padre, que está allí, en lo secreto; y tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará." Mt 6, 6

Una relajación inicial te facilitará conseguir una buena **POSTURA** y **SILENCIO** para la oración. Comenta de manera breve que tu aposento puede ser tu interior, entrar en tu interior. Por eso necesitamos silencio y estar relajados, para evitar que ruidos externos e internos (pensamientos, preocupaciones...) y tensiones corporales nos distraigan en la oración.

3

VEN ESPÍRITU SANTO

Explica que al iniciar cualquier oración es conveniente invocar (pedir) al ESPÍRITU SANTO que nos ayude a centrarnos en la oración, a poder encontrarnos con Jesús, etc. Se pueden utilizar las palabras que el monitor de la oración crea convenientes o seguir el guion.



ORACIÓN POLA FAMILIA

NÚMERO 8. MES XUÑO DE 2026



Delegación diocesana de Laicos, Familia y Vida
laicos@mondonedoferrol.org

AMBIENTACIÓN

Para crear un ambiente acolledor para a oración, podes colocar candeas acesas aos pés do altar, arredor do tabernáculo... Xoga tamén coa iluminación no espazo de oración. Usa teas e candeas a diferentes alturas, pero deixa espazo suficiente para colocar pequenos carteis cos nomes dos membros da familia polos que rezarás.

Distribúe a oración final polos bancos. Saúda aos participantes ao chegar e dálles unha pequena tarxeta na que escribir o nome da persoa pola que desexan rezar. Todas as tarxetas cos nomes colocaranse entre as candeas. Unha vez que todos estean sentados, comezará a oración.

ANTES DE COMEZAR A ORACIÓN

O primeiro día, ou cando haxa xente nova, explicarase brevemente o seguinte:

1 QUE É A ORACIÓN?

Orar é estar a miúdo a soas con Aquele que sabemos que nos ama (Santa Tareixa de Xesús). Este concepto debe ser introducido brevemente.

2 POSTURA E SILENCIO

Ti, pola contra, cando queiras rezar, métete no teu cuarto, pecha a porta e rézalle a teu Pai que está no segredo; e teu Pai, que ve no segredo, haterá recompensar. (Mt 6,6)

Unha relaxación inicial axudarache a conseguir unha boa postura e silencio para a oración. Explica brevemente que o teu santuario interior pode ser o teu eu interior, un lugar para entrar no teu mundo interior. Por iso necesitamos silencio e relaxación, para evitar que os ruídos externos e internos (pensamentos, preocupacións, etc.) e a tensión física nos distraian durante a oración.

3 VEN ESPÍRITO SANTO

Explica que ao comezar calquera oración é aconsellable invocar (pedir) ao ESPÍRITO SANTO para que nos axude a concentrarnos na oración, para poder atoparse con Xesús, etc. Podes usar as palabras que o líder da oración considere apropiadas ou seguir o guión.

4

SALUDAMOS AL PADRE

Tras la invocación inicial al Espíritu, SALUDAMOS AL PADRE: Padre Dios, sé que estas aquí, me conoces, sabes mis inquietudes...

Propondremos una oración, pero el monitor puede variar lo que crea conveniente.

5

ORAR POR OTROS

Ahora sí, ya vamos a empezar, aunque primero es necesario aclarar **brevemente** en qué consiste **ORAR POR NUESTROS HIJOS/HIJAS, PAREJA, FAMILIA Y SERES QUERIDOS.**

- **1º PRESENTAR** a aquellos por los que vamos a rezar.
- **2º AGRADECER**, dar gracias por ellos.
- **3º BENDICIÓN**, pedimos a Dios que los bendiga.
- **4º** A partir de aquí, **NOS DEJAMOS LLEVAR POR LA ORACIÓN Y EL ESPÍRITU SANTO** en lo que queramos pedir para nuestros seres queridos. Podemos exponer que aunque haya una propuesta (Palabra de Dios y reflexión), si el Espíritu Santo los lleva por otros caminos, no hay problema. Dejemos hacer al Espíritu. Lo importante es encontrarnos con Jesús y, en esta oración de intercesión, orar por aquellos a los que queremos.

MÚSICA Y CANTOS

- Desde la delegación hacemos una **propuesta y enviamos enlaces**, en determinados puntos del guion. Nuestro consejo es que os **descarguéis** las canciones y realicéis una **lista de reproducción** en la aplicación de música de vuestro móvil.
- Durante la oración podéis poner un **altavoz** conectado al teléfono para que se escuche mejor.
- Sugerimos unos cantos, pero **tenéis toda la libertad de los hijos de Dios para elegir la canción que creáis** más conveniente para vuestra comunidad.
- Si podéis tocar **música y canciones en directo** (la propuesta o la que os sugiera el Espíritu) es más enriquecedor para los participantes, siempre y cuando sean cantos que inviten a la oración y que no os distraigan de ese encuentro con Jesús.

RECORDAD

Es muy importante que el monitor hayaorado el guion con anterioridad, para que haga suya la oración, la reflexión y cambie lo que crea oportuno, o lo que el Espíritu le vaya inspirando.

AHORA SÍ, A ORAR: 4 PROPUESTAS PARA 4 SEMANAS DE JUNIO
LO IDEAL ES QUE LA ORACIÓN SEA SIEMPRE EL MISMO DÍA DE LA SEMANA

4

SAÚDAMOS AO PAI

Despois da invocación inicial ao Espírito, SAÚDAMOS AO PAI: Pai Deus, sei que estás aquí, coñécesme, coñeces as miñas preocupacións...

Propoñeremos unha frase, pero o monitor pode variala como considere oportuno.

5

ORA POLOS DEMAIS

Agora si, imos comezar, aínda que primeiro é necesario aclarar brevemente o que significa REZAR POLOS NÓS FILLOS/FILLAS, PARELLA, FAMILIA E SERES QUERIDOS.

- **1.º PRESENTAMOS** aquelas persoas polas que imos orar.
- **2.º GRAZAS**, dá grazas por eles.
- **3.ª BENDICIÓN**, pedímoslle a Deus que os bendiga.
- **4.** A partir deste momento, **DEIXÁMONOS GUIAR POLA ORACIÓN E O ESPÍRITU SANTO** en todo o que queiramos pedir polos nosos seres queridos. Podemos explicar que mesmo se hai unha suxestión (a Palavra de Deus e a reflexión), se o Espírito Santo os guía por outros camiños, está perfectamente ben. Deixamos que o Espírito actúe. O importante é atoparse con Xesús e, nesta oración de intercesión, rezar polos que amamos.

MÚSICA E CANCIÓNS

- Dende a delegación, proporcionaremos unha suxestión e enviaremos ligazóns en puntos específicos do guión. O noso consello é que descargues as cancións e crees unha lista de reprodución na aplicación de música do teu teléfono.
- Durante a oración, podes usar un altafalante conectado ao teu teléfono para que se escoite mellor.
- Suxerímosvos algunhas cancións, pero tedes toda a liberdade dos fillos de Deus para escoller a canción que consideredes máis axeitada para a vosa comunidade.
- Se podes tocar música e cancións en directo (xa sexa unha suxestión túa ou algunha que o Espírito suxira), é máis enriquecedor para os participantes, sempre que sexan cancións que inviten á oración e non te distraian dese encontro con Xesús.

LEMBRA

É moi importante que o monitor teña rezado o guión previamente, para que faga súa a oración e a reflexión e cambie o que considere oportuno, ou o que o Espírito lle inspire a cambiar.

AGORA, RECEMOS: 4 SUXESTIÓNS PARA 4 SEMANAS EN JUNIO
O IDEAL É QUE A ORACIÓN SE RECITE SEMPRE O MESMO DÍA DA SEMANA.



ORACIÓN POR LA FAMILIA

SEMANA DEL 1 AL 7 DE JUNIO 2026


Delegación diocesana de Laicos, Familia y Vida
laicos@monederosferrol.org

Os invitamos a desarrollar la oración/vigilia por los frutos del viaje del papa Leon XIV a España. en las páginas siguientes encontrás la oración/vigilia tal cual se propone. Recuerda que puedes adptarla para hacerla con o sin adoración al Santísimo y/o con sacerdote o sin él.



VIGILIA DE ORACIÓN

alza la
mirada
(Jn 4,35)



MONICIÓN (LECTOR)

Nos reunimos hoy movidos por la alegría de la visita del Papa León XIV, para rezar y pedir al Señor que su presencia ilumine y aliente a la Iglesia que peregrina en España. Le pedimos a Dios que fortalezca e impulse su misión como Pastor de la Iglesia para que dé fruto en nuestra tierra. También ofrecemos nuestro trabajo ALZANDO LA MIRADA para que el AMOR de Dios entre nosotros sea visible para cuantos nos rodean. En medio de tantas miradas bajas: pantallas, preocupaciones del día a día, ruido... Te invitamos a levantar la mirada a ejemplo de María (1), hacia Jesús en la Cruz (2), realmente presente en la Eucaristía (3). Allí renueva su entrega por ti y desde allí te envía al mundo para ser testigo de su Resurrección, especialmente entre los más necesitados (4).

ORACIÓN INICIAL (LECTOR)

Dios nuestro, estamos hoy aquí para alzar la mirada a Tu hijo Jesucristo, sabiendo que Tú nos amas infinitamente.

Oramos para que la visita de nuestro Pastor León XIV, sea fructífera y fecunda, recordando también la estela que dejaron en España cada una de las visitas de sus antecesores. Dios nuestro, deseamos de corazón vivir estos días con intensidad y alegría.

Ilumina nuestros corazones para saber acoger con amor a nuestro Pastor, escuchar la voz de su llamada y trabajar juntos en la construcción de Tu Reino. AMEN



ALZAD LA MIRADA A EJEMPLO DE MARÍA

MONICIÓN (LECTOR):

Alzar la mirada al ejemplo de María significa acudir a ella cuando las incertidumbres o las dificultades nos abruman. Al contemplarla, aprendemos a detenernos un momento para no reaccionar solo por impulso. A confiar en la oración lo que no podemos controlar ni comprender todavía. A ser conscientes de la presencia de Dios en nuestras vidas como lo hizo María.

SACERDOTE. Evangelio según San Lucas 8, 21.

“Mi madre y mis hermanos son estos: los que escuchan la palabra de Dios y la cumplen”. PALABRA DEL SEÑOR

Meditación (SACERDOTE)

En medio del ruido y las prisas, María nos enseña el arte de la escucha activa y el silencio interior. Ella no entendía todos los acontecimientos de la vida de Jesús, pero no los rechazaba ni se dejaba llevar por la angustia. En lugar de eso, los meditaba y los guardaba en su corazón, buscando el propósito de Dios detrás de cada situación. De este modo, María se convierte en el modelo de los que "escuchan la palabra de Dios y la cumplen".

Contemplación: (LECTOR)

Madre de Jesús y Madre nuestra, enséñanos a alzar la mirada y a guardar en el corazón las enseñanzas de tu Hijo. Por eso, te pregunto y descubre que responde tu corazón: ¿En qué puedo imitar a María? (MINUTOS DE SILENCIO)

MUSICA:



Athenas - Vida en abundancia .

https://www.youtube.com/watch?v=9_XNHAXILfI&list=RDsNYI9ksztC0&index=2



ALZAD LA MIRADA A LA CRUZ

MONICIÓN (LECTOR)

Decía San Juan Pablo II en 1997 a los jóvenes en París: “Los cristianos han comprendido que la cruz es el signo del amor que vence al odio, del perdón más fuerte que la ofensa, de la vida que vence a la muerte. Por eso han colocado la cruz en los cruces de los caminos, en las cimas de las montañas, en las torres de las iglesias y en sus casas; la llevan sobre sí mismos y la conservan en su corazón”.

Escuchemos ahora el Evangelio, donde Jesús nos revela que ser elevado en la cruz es fuente de vida para todos. Abramos el corazón.

SACERDOTE. Evangelio según San Juan 3, 13-17

«Nadie ha subido al cielo sino el que bajó del cielo, el Hijo del hombre. Lo mismo que Moisés elevó la serpiente en el desierto, así tiene que ser elevado el Hijo del hombre, para que todo el que cree en él tenga vida eterna. Porque tanto amó Dios al mundo, que entregó a su Unigénito, para que todo el que cree en él no perezca, sino que tenga vida eterna. Porque Dios no envió a su Hijo al mundo para juzgar al mundo, sino para que el mundo se salve por él». PALABRA DEL SEÑOR

Meditación: SACERDOTE

Creer en Jesús no nos exime de los problemas, pero Él nos guía para enfrentarlos. Seguir a Jesús implica desafíos, pero Él es nuestro guía. En este tiempo de Pascua, al contemplar la cruz, sabemos que nos espera un futuro de plenitud y que estamos llamados a construir su Reino cada día con nuestras vidas.

Contemplación: (LECTOR)

Alzando la mirada a la cruz, sabemos que ésta no es el final, sino el inicio de una nueva vida. Llenos de esperanza, mostremos al mundo que somos sus testigos

Por eso, te pregunto y descubre que responde tu corazón: ¿Qué estoy dispuesto/a a hacer para entregarme a los demás? ¿Qué estoy dispuesto/a a hacer por los que me rodean? (MINUTOS DE SILENCIO)

MUSICA



Nadie te ama como yo

<https://www.youtube.com/watch?v=d2wqAFTvEGg&list=RD1lEvbddHD8&index=11>



Se puede hacer ADORACIÓN EUCARÍSTICA (15-20 min) o hacer caer en la cuenta a los participantes que Jesús está presente de manera real en la Eucaristía y es nuestro alimento espiritual, ya que nos une íntimamente con Jesús y con el resto de la comunidad.

Si eliges ADORACIÓN EUCARÍSTICA, Se podrían alternar momentos de silencio con una canción y alguna breve jaculatoria, escogidas entre frases del Evangelio proclamado o de otros Evangelios.

La exposición del Santísimo se haría conforme al ritual. Cantos aconsejados:

- 1. Canto de Exposición: “Al estar en la Presencia”*
- 2. Canto intermedio. “Tan solo he venido” / “Hasta la locura” / “El Rey de mi vida”*
- 3. Canto Reserva: “Tú, El Único Rey”*

MONICIÓN a la adoración/ Eucaristía (Jesús presente en el Sagrario). (LECTOR)

Ahora, el mismo Jesús al que hemos contemplado en la cruz, está aquí (está en el Sagrario/está en la hostia consagrada) realmente presente. Sin prisa, que el eco de su palabra resuene en tu corazón. Alza a Él tu mirada y déjate mirar.

SACERDOTE. Evangelio según San Lucas 24, 28-31

«Llegaron cerca de la aldea adonde iban y Él simuló que iba a seguir caminando, pero ellos lo apremiaron, diciendo: «Quédate con nosotros porque atardece y el día va de caída». Y entró para quedarse con ellos. Sentado en la mesa con ellos, tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo iba dando. A ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron. Pero Él desapareció de su vista». PALABRA DEL SEÑOR

Meditación (SACERDOTE)

Muchas veces el desconcierto es grande en nuestra vida, pero si nos apoyamos en nuestra fe, las dudas se pueden disipar, las dificultades las podemos afrontar. Lo que no debe faltar en nuestra vida es la Eucaristía, es nuestro alimento espiritual, ya que nos une íntimamente con Jesús y con el resto de la comunidad. De esta manera salimos fortalecidos para enfrentar la vida diaria.

Él nos mueve y nos ayuda a ser mejores gracias al alimento de su cuerpo y su sangre. No estaremos exentos de dudas o dificultades, pero en Él somos más. Alcemos la mirada a la Eucaristía.

Contemplación (LECTOR)

Mira al Señor Sacramentado y contempla lo que nos promete o da cada día, abramos nuestro corazón para recibirle siempre. Alcemos la mirada y pidamos que se quede con nosotros.

Por eso, te pregunto y descubre que responde tu corazón: Señor, gracias por ser parte de Ti y por ser Iglesia. ¿Qué me pides para colaborar con tu Reino? (MINUTOS DE SILENCIO)

MUSICA



Gente nueva: Padre mío.

https://www.youtube.com/watch?v=w7a3fv2rGi4&list=RDw7a3fv2rGi4&start_radio=1

MONICIÓN (LECTOR)

No estamos solos. A nuestras costas y ciudades llegan muchos hermanos en busca de esperanza y de un futuro mejor para ellos y sus familias. Sin embargo, la acogida que reciben no siempre refleja el amor que recibirían de Jesús. Por eso, hoy el Evangelio también tiene una Palabra urgente que decirnos al corazón.

SACERDOTE. Evangelio según San Mateo 25,40

«En verdad os digo que cada vez que lo hicisteis con uno de estos, mis hermanos más pequeños, conmigo lo hicisteis» PALABRA DEL SEÑOR

Meditación (SACERDOTE)

Dejemos que sea el Señor quien nos dé la fortaleza necesaria para salir de nuestra comodidad, de nuestra zona de confort para acoger, proteger, promover e integrar. Todo aquel que vive a mi lado es mi hermano. Él nos sostiene y nosotros debemos hacer lo mismo con los demás.

Contemplación (LECTOR)

Alcemos la mirada y descubramos el rostro de Jesús en nuestros hermanos que buscan esperanza, siendo conscientes de que cada acto de amor hacia ellos es un acto de amor hacia Él

Por eso, te pregunto y descubre que responde tu corazón: Señor, ¿qué voy a hacer para ser más acogedor con los que tengo a mi alrededor, con los diferentes, con los nuevos...? (MINUTOS DE SILENCIO)

MUSICA



Hakuna Noche (Kyrie Eleison)

https://www.youtube.com/watch?v=G-kG0aZxFpA&list=RDG-kG0aZxFpA&start_radio=1

INTRODUCCIÓN a las preces (SACERDOTE)

Después de estas meditaciones, rezamos juntos elevando a dios nuestras peticiones. A cada petición respondemos: ESCÚCHANOS SEÑOR.

- Por la Iglesia para que, con la fuerza del Resucitado, sea hogar y refugio para quienes sufren. OREMOS.
- Por la venida del Papa León, para que su visita dé los frutos necesarios para nuestra iglesia actual. OREMOS.
- Por el Papa León, para que se sienta querido y esperado en nuestra tierra y aquí se llene de fuerza y alegría en su misión. OREMOS.
- Por nosotros, para que el Señor nos dé la capacidad de alzar la mirada a lo alto sabiendo que Jesús siempre está con nosotros. OREMOS.

GESTO: RECOGEMOS LA LUZ

El LECTOR puede explicar brevemente:

- Se trata de recoger una vela para llevar a casa y allí orar por el Papa.
- Al recoger la vela repiten en su interior: «Señor, dame Tu luz para alzar la mirada». (Esta frase puede estar al frente de donde están las velas o proyectada en la pantalla, mientras suena la canción “Ven Jesús con Tu luz”).
- Conforme vayamos encendiendo nuestras velas, se puede ir iluminando el mapa de España en representación de todas las diócesis.
- También pueden recoger un marcapáginas con la oración por el Papa, que se leerá juntos al final de esta oración.

MÚSICA



– Jésed: Ven Jesús con tu luz

https://www.youtube.com/watch?v=o0wUPJ0ogBU&list=RDo0wUPJ0ogBU&start_radio=1

ORACIÓN FINAL

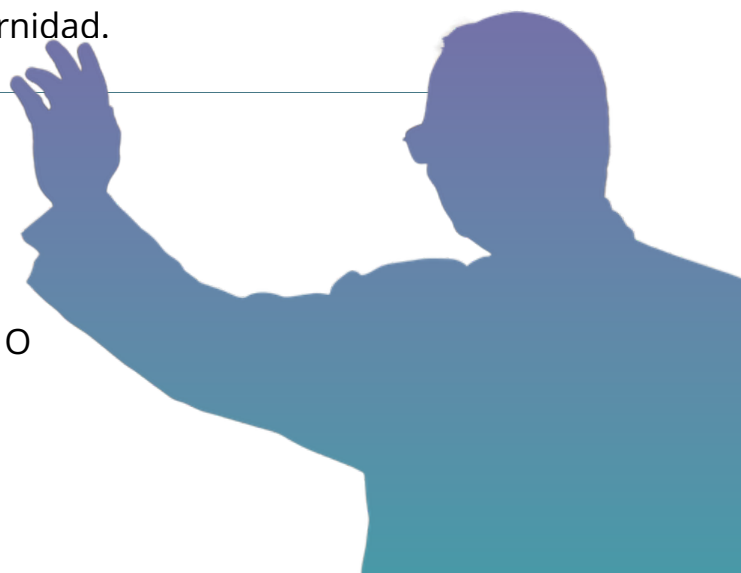
(TODOS JUNTOS)

Dios, Padre bueno, que en tu Hijo Jesucristo nos llamas a alzar la mirada y a descubrir en la cruz la esperanza que no defrauda, te pedimos por tu siervo, el Papa León, a quien has puesto como pastor de tu Iglesia: acompáñalo con la fuerza del Espíritu Santo en su visita a nuestra tierra, para que confirme a tus hijos en la fe, fortalezca la comunión de tu Iglesia y nos impulse a vivir con alegría el Evangelio.

Haz que, al celebrar la Eucaristía, fuente y culmen de la vida cristiana, seamos reunidos en la unidad y aprendamos a entregarnos como Cristo se entregó por nosotros.

Mueve nuestros corazones para que, atentos a la voz de tu Hijo, sepamos reconocerlo en los pobres y en los que sufren, especialmente en quienes llegan a nosotros buscando esperanza, y así seamos en medio del mundo artesanos de acogida, de paz y de fraternidad.

Te lo pedimos por Jesucristo, tu Hijo, nuestro Señor, que vive y reina contigo en la unidad del Espíritu Santo y es Dios por los siglos de los siglos. AMÉN



CANTAMOS O ESCUCHAMOS EL HIMNO
OFICIAL DE LA VISITA DEL PAPA

Nota: Las canciones son sugerencias.



ORACIÓN POLA FAMILIA

SEMANA DO 1 AO 7 DE XUÑO DE 2026


Delegación diocesana de Laicos, Familia y Vida
laicos@monedondegerral.org

Convidámosvos a participar na oración/vixilia polos froitos da visita do Papa León XIV a España. Nas seguintes páxinas atoparedes a oración/vixilia tal e como se presenta. Lembrade que podedes adaptala para que se faga con ou sen adoración do Santísimo e/ou con ou sen sacerdote.



alzade a mirada

VIXILIA DE ORACIÓN

alzade a
mirada
(Xn 4,35)



MONICIÓN (LECTOR)

Reunímonos hoxe, conmovidos pola alegría da visita do Papa León XIV, para rezar e pedirlle ao Señor que a súa presenza ilumine e anime á Igrexa que camiña por España. Pedímoslle a Deus que fortaleza e potencie a súa misión como Pastor da Igrexa para que poida dar froito na nosa terra. Tamén ofrecemos o noso traballo, ELEVANDO A MIRADA, para que o AMOR de Deus entre nós sexa visible para todos os que nos rodean.

Entre tantos ollos baixos: pantallas, preocupacións cotiás, ruído... Invitámosvos a levantar a vosa mirada, seguindo o exemplo de María (1), cara a Xesús na Cruz (2), verdadeiramente presente na Eucaristía (3). Alí renova o seu compromiso convosco e desde alí envíavos ao mundo para ser testemuñas da súa Resurrección, especialmente entre os máis necesitados (4).

ORACIÓN DE INICIAL (LECTOR)

Deus noso, estamos hoxe aquí para elevar a nosa mirada cara ao teu fillo Xesucristo, sabendo que nos amas infinitamente.

Rezamos para que a visita do noso bispo León XIV sexa frutífera e produtiva, lembrando tamén o legado deixado en España por cada un dos seus predecesores. Deus noso, desexamos de todo corazón vivir estes días con intensidade e alegría.

Ilumina os nosos corazóns para que poidamos acoller con amor o noso Pastor, escoitar a voz da súa chamada e traballar xuntos na construción do teu Reino. AMÉN



LEVANTA A TÚA MIRADA, SEGUINDO O EXEMPLO DE MARÍA

MONICIÓN (LECTOR):

Mirar o exemplo de María significa recorrer a ela cando as incertezas ou as dificultades nos abruman. Ao contemplala, aprendemos a deternos e evitar reaccionar impulsivamente, a confiar á oración o que aínda non podemos controlar nin comprender e a ser conscientes da presenza de Deus nas nosas vidas, tal como o foi María.

SACERDOTE. Evanxeo segundo San Lucas 8, 21.

«A miña nai e mais os meus irmáns son os que escoitan a Palabra de Deus e a levan á práctica.» Palabra do Señor

Meditación (SACERDOTE)

En medio do ruído e da présa, María ensínanos a arte da escoita activa e do silencio interior. Non entendía todos os acontecementos da vida de Xesús, pero non os rexeitaba nin se deixaba levar pola ansiedade. Pola contra, reflexionou sobre eles e gardounos no seu corazón, buscando o propósito de Deus detrás de cada situación. Deste xeito, María convértese no modelo para aqueles que "escoitan a palabra de Deus e a gardan".

Contemplación: (LECTOR)

Nai de Xesús e Nai nosa, ensínanos a levantar a mirada e a gardar nos nosos corazóns as ensinanzas do teu Fillo. Por iso, pregúntoche, e descubre o que che responde o teu corazón: De que xeitos podo imitar a María? (MINUTOS DE SILENCIO)

MÚSICA:



Ateneas - Vida en abundancia.

https://www.youtube.com/watch?v=9_XNHAXILfI&list=RDsNYI9ksztC0&index=2

2 LEVANTA OS TEUS OLLOS Á CRUZ

MONICIÓN (LECTOR)

En 1997, San Xoán Paulo II díxolles aos mozos de París: «Os cristiáns comprenderon que a cruz é o signo do amor que vence o odio, do perdón máis forte que a ofensa, da vida que vence a morte. Por iso colocaron a cruz nas encrucilladas, nos cumios das montañas, nos campanarios das igrexas e nas súas casas; lévana dentro de si e gárdana nos seus corazóns».

Escoitemos agora o Evanxeo, onde Xesús nos revela que ser elevados na cruz é fonte de vida para todos. Abramos os nosos corazóns.

SACERDOTE. Evanxeo segundo San Xoán 3:13-17

«E ninguén subiu ao ceo, fóra do que baixou do ceo, o Fillo do Home. Como Moisés alzou a serpe no deserto, así debe ser alzado o Fillo do Home, para que todo o que cre nel, teña vida eterna. Pois de tal xeito amou Deus o mundo, que lle deu o seu Fillo Unixénito, para que todo o que cre nel non se perda, senón que teña vida eterna. Non mandou Deus o Fillo ao mundo para que xulgue o mundo, senón para que por el se salve o mundo» Palabra do Señor

Meditación: SACERDOTE

Crer en Xesús non nos exime dos problemas, senón que El guíanos para afrontalos. Seguir a Xesús implica desafíos, pero El é o noso guía. Nesta época pascual, ao contemplar a cruz, sabemos que nos agarda un futuro de plenitude e que estamos chamados a construír o Seu Reino cada día coas nosas vidas.

Contemplación: (LECTOR)

Ollando cara á cruz, sabemos que non é o final, senón o comezo dunha nova vida. Cheos de esperanza, demostremos ao mundo que somos as súas testemuñas. Por iso, pregúntoche, e descubre o que responde o teu corazón: Que estou disposto a facer para entregarme aos demais? Que estou disposto a facer polos que me rodean? (MINUTOS DE SILENCIO)

MÚSICA



Ninguén te quere coma eu

<https://www.youtube.com/watch?v=d2wqAFTvEGg&list=RD1lEvbddHD8&index=11>

Pódese facer Adoración Eucarística (15-20 min) ou pódese concienciar aos participantes de que Xesús está realmente presente na Eucaristía e é o noso alimento espiritual, xa que nos une intimamente con Xesús e co resto da comunidade.

Se escolledes a ADORACIÓN EUCARÍSTICA, os momentos de silencio poderíanse alternar cun canto e unha breve oración, escollidas entre frases do Evanxeo proclamado ou doutros Evanxeos.

A exposición do Santísimo Sacramento faríase segundo o ritual. Cantos recomendados:

1. Canto de Exposición: “Al estar en la Presencia”
2. Canto intermedio. “Tan solo he venido” / “Hasta la locura” / “El Rey de mi vida”
3. Canto Reserva: “Tú, El Único Rey”

Introdución á Adoración/Eucaristía (Xesús presente no Tabernáculo). (Lector)

Agora, o mesmo Xesús que contemplamos na cruz está aquí (está no Sagrario/está na Hóstia consagrada), verdadeiramente presente. Sen présa, deixa que o eco da súa palabra resoe no teu corazón. Eleva a túa mirada cara a El e deixa que El te vexa.

SACERDOTE. Evanxeo segundo San Lucas 24:28-31

«Ao achegarse á aldea onde ían, fixo coma quen quería seguir para adiante. Pero eles porfiáronlle, dicindo: _Queda connosco, porque se fai tarde, e a noite bótase enriba. Quedou con eles. E mentres estaban na mesa, colleu o pan, bendiciuno e partiuno e déullelo. Entón abríronselles os ollos e recoñecérono; pero el desapareceu». Palabra do Señor

Meditación (SACERDOTE)

A miúdo, a confusión enche as nosas vidas, pero se confiamos na nosa fe, as dúbidas poden disiparse e afrontarse as dificultades. O que nunca debe faltar nas nosas vidas é a Eucaristía; é o noso alimento espiritual, que nos une intimamente con Xesús e co resto da comunidade. Deste xeito, saímos fortalecidos para afrontar a vida cotiá. El móvenos e axúdanos a ser mellores mediante o alimento do seu corpo e sangue. Non estaremos libres de dúbidas nin de dificultades, pero nel somos máis. Elevemos a nosa mirada cara á Eucaristía.

Contemplación (LECTOR)

Mirade ao Señor no Santísimo Sacramento e contemplade o que El nos promete ou nos dá cada día; abramos os nosos corazóns para recibilo sempre. Levantemos os nosos ollos e pidámoslle que permaneza connosco.

Polo tanto, pregúntoche, e descubre o que che responde o corazón: Señor, grazas por formar parte de Ti e por ser a Igrexa. Que me pides para colaborar no teu Reino? (MINUTOS DE SILENCIO)

MÚSICA



Persoas novas: Meu pai.

https://www.youtube.com/watch?v=w7a3fv2rGi4&list=RDw7a3fv2rGi4&start_radio=1

MONICIÓN (LECTOR)

Non estamos sós. Moitos irmáns e irmás chegan ás nosas costas e ás nosas cidades buscando esperanza e un futuro mellor para eles e as súas familias. Non obstante, a acollida que reciben non sempre reflicte o amor que recibirían de Xesús. Por iso hoxe o Evanxeo tamén ten unha mensaxe urxente para falar aos nosos corazóns.

SACERDOTE. Evanxeo segundo San Mateo 25:40

«O rei contestaralles: Asegúrovos que canto fixestes cun destes irmáns meus máis pequenos, fixéstelo comigo» Palabra do Señor

Meditación (SACERDOTE)

Deixémoslle ao Señor que nos dea a forza que precisamos para saír da nosa zona de confort, para acoller, protexer, promover e integrar aos demais. Todo o mundo que vive ao meu carón é o meu irmán ou irmá. El sosténnos, e nós debemos facer o mesmo polos demais.

Contemplación (LECTOR)

Levantemos a nosa mirada e descubramos o rostro de Xesús nos nosos irmáns e irmás que buscan esperanza, conscientes de que cada acto de amor cara a eles é un acto de amor cara a El. Por iso, pregúntoche, e descubre o que che responde o teu corazón: Señor, que vou facer para ser máis acolledor cos que me rodean, cos que son diferentes, cos recién chegados...? (MINUTOS DE SILENCIO)

MÚSICA



Hakuna Noche (Kyrie Eleison)

https://www.youtube.com/watch?v=G-kG0aZxFpA&list=RDG-kG0aZxFpA&start_radio=1

INTRODUCCIÓN ás oracións (SACERDOTE)

Despois destas meditacións, rezamos xuntos, elevando as nosas peticións a Deus. A cada petición respondemos: ESCOITANOS, SEÑOR.

- Pola Igrexa, para que, coa forza do Señor Resucitado, sexa fogar e refuxio para os que sofren. Oremos.
- Pola chegada do Papa León, para que a súa visita dea os froitos necesarios para a nosa Igrexa hoxe. Oremos.
- Polo Papa León, para que se sinta amado e acollido na nosa terra e se encha de forza e alegría na súa misión. Oremos.
- Por nós mesmos, para que o Señor nos dea a capacidade de levantar os ollos ao ceo, sabendo que Xesús está sempre connosco. Oremos.

XESTO: RECOLLEMOS A LUZ

O LECTOR pode explicar brevemente:

- A idea é coller unha candea para levar para casa e rezar alí polo Papa.
- Mentres recollen a candea, repítense a si mesmos: "Señor, dame a túa luz para levantar a miña mirada". (Esta frase pode estar diante de onde están as candeas ou proxectada na pantalla, mentres soa a canción "Ven Jesús con Tu luz").
- Mentres acendemos as nosas candeas, podemos iluminar o mapa de España, representando todas as dioceses.
- Tamén poden coller un marcapáxinas coa oración para o Papa, que se lerá xuntos ao final desta oración.

MÚSICA



– Xesús: Ven Jesús con tu luz

https://www.youtube.com/watch?v=o0wUPJ0ogBU&list=RDo0wUPJ0ogBU&start_radio=1

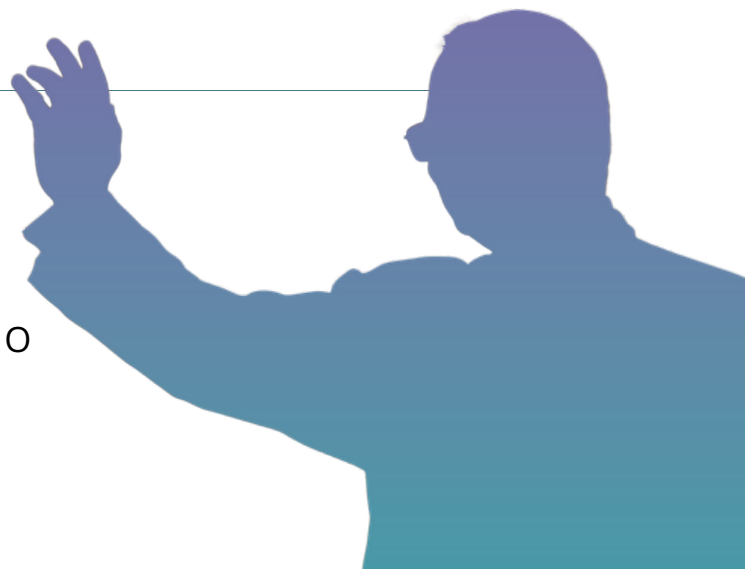
ORACIÓN FINAL

(TODOS XUNTOS) Deus, Pai bo, que no teu Fillo Xesucristo chamasnos a levantar os ollos e descubrir na cruz a esperanza que non defrauda, pedímosche polo teu servo, o Papa León, a quen puxeches como pastor da túa Igrexa: acompáñao coa forza do Espírito Santo na súa visita á nosa terra, para que confirme os teus fillos na fe, fortaleza a comunión da túa Igrexa e nos impulse a vivir o Evanxeo con alegría.

Concede que, ao celebrar a Eucaristía, fonte e cumio da vida cristiá, poidamos reunirnos en unidade e aprender a darnos como Cristo se entregou por nós.

Move os nosos corazóns para que, atentos á voz do teu Fillo, o poidamos recoñecer nos pobres e nos que sofren, especialmente nos que acoden a nós buscando esperanza, e así sexamos no medio do mundo artífices da acollida, da paz e da fraternidade.

Pedímoscho por Xesucristo, o teu Fillo, o noso Señor, que vive e reina contigo na unidade do Espírito Santo, Deus, por sempre e para sempre. Amén.



CANTAMOS OU ESCOITAMOS O HIMNO
OFICIAL DA VISITA DO PAPA

Nota: As cancións son suxestións.



ORACIÓN POR LA FAMILIA

SEMANA DEL 8 AL 14 DE JUNIO DE 2026

Puedes elegir hacer esta oración esta semana o intercambiarla por la de otra semana.

AMBIENTACIÓN

1. POSTURA Y SILENCIO

Breve relajación. Se invita a que cierren los ojos, o dejen la mirada fija en un punto delante de ellos para no distraerse. Se les puede animar a que observen su respiración: "Inspira profundamente, espira despacio..."

Al inspirar te llenas de tranquilidad y al espirar ve dejando que salgan las preocupaciones, lo que tenemos pendiente, los pensamientos que nos perturban..."

Puedes profundizar en métodos de relajación buscando en internet.

DIOS ESTÁ AQUÍ-
INSTRUMENTAL
DANIEL ANDRES

2. INVOCA AL ESPIRITU SANTO

Monitor: Ven Espíritu Santo

*Deja sonar la música
tranquila hasta que vayas
a leer la Palabra de Dios.*

3. NOS PONEMOS EN PRESENCIA DEL SEÑOR

Monitor: Nos ponemos en la presencia del Señor y le pedimos que nos acompañe en estos momentos. Que su Espíritu Santo nos dé la fuerza y la confianza para aprender a acoger y entender la misión que nos ha sido confiada. Deseamos aprender a vivir en silencio, escuchando y permitiendo que la Palabra del Señor penetre en nuestro ser más profundo, reconociendo su misericordia en los demás... Invoquemos al Espíritu Santo para que actúe en nosotros.

INTERCESIÓN

ORAR POR OTROS: INTERCESIÓN.

1

Monitor: PRESENTA al Padre a aquellos por los que quieres rezar. Él los conoce desde siempre, pero es importante que en tu interior digas los nombres y traigas a tu mente sus rostros para que los hagas presentes ante el Padre. Ya sabes que a Él le gusta verlos a través de ti.

Silencio

2

Monitor: DA GRACIAS a Dios por cada uno de ellos, por lo que representan en tu vida. Porque los ha puesto en tu camino. Porque gracias a su existencia tú participas junto con el Padre en la creación. Porque te hacen crecer y salir de ti mismo. Gracias por cómo son y porque puedes disfrutar de ellos. Porque te ríes con cada uno de tus hijos, hijas, pareja, madre, padre... seres queridos y también gracias por las veces que juntos no lo habéis pasado bien, pero que os han hecho crecer como familia.

Silencio

3

Monitor: Pide a Dios que los **BENDIGA**. Que bendiga sus pensamientos, sus sentimientos, lo que dicen, lo que hacen... Que bendiga su entorno y a quienes les rodean. Que bendiga su vida, lo que son, lo que han sido y lo que serán.

Silencio un poco más largo



ORACIÓN POLA FAMILIA

SEMANA DO 8 AO 14 DE XUÑO DE 2026

Podes escoller facer esta oración esta semana ou cambiala pola oración doutra semana.

AMBIENTACIÓN

1. POSTURA E SILENCIO

Breve relaxación. Invítase aos participantes a pechar os ollos ou fixar a mirada nun punto diante deles para evitar distraccións. Pódeselles animar a observar a súa respiración: «Inhala profundamente, exhala lentamente...»

Ao inhalar, échete de tranquilidade e, ao exhalar, deixa atrás as preocupacións, as tarefas pendentes e os pensamentos perturbadores...

Podes aprender máis sobre métodos de relaxación buscando en liña.

DIOS ESTÁ AQUÍ-
INSTRUMENTAL
DANIEL ANDRES

2. INVOCA O ESPÍRITO SANTO

Monitor: Ven Espírito Santo

Deixa que soe a música relaxante ata que vaías ler a Palavra de Deus.

3. POÑÉMONOS EN PRESENZA DO SEÑOR

Monitor: Poñámonos na presenza do Señor e pedímoslle que nos acompañe nestes momentos. Que o seu Espírito Santo nos dea a forza e a confianza para aprender a abrazar e comprender a misión que se nos confía. Desexamos aprender a vivir en silencio, escoitando e permitindo que a Palavra do Señor penetre no noso ser máis profundo, recoñecendo a súa misericordia nos demais... Invoquemos o Espírito Santo para que obre en nós.

INTERCESIÓN

ORA POLOS DEMAIS: INTERCESIÓN.

1

Monitor: Presenta ao Pai aqueles polos que desexas orar. El sempre pensou neles, pero é importante que digas en silencio os seus nomes e lembra os seus rostros para que poidas presentalos ao Pai. Sabes que a El lle gusta velos a través de ti.

Silencio

2

Monitor: Dá grazas a Deus por cada un deles, polo que representan na túa vida. Porque El os colocou no teu camiño. Porque grazas á súa existencia participas co Pai na creación. Porque che axudan a medrar e a transcenderte. Grazas por quen son e porque podes gozalos. Porque rís con cada un dos teus fillos, fillas, parella, nai, pai... seres queridos, e tamén grazas polos momentos nos que non o pasastes ben xuntos, pero que vos axudaron a medrar como familia.

Silencio

3

Monitor: Pídelle a Deus que os BENDIGA. Que bendiga os seus pensamentos, os seus sentimentos, o que din, o que fan... Que bendiga o seu contorno e os que os rodean. Que bendiga as súas vidas, quen son, quen foron e quen serán.

Un silencio un pouco máis longo

Padre Nuestro: Si lo rezáramos en arameo, el idioma que hablaba Jesús, decir Padre nos remite a la fuente, el origen compartido, el soplo de vida que nos une. No sólo es el Padre, es también el origen de tus seres queridos. Tú que amas a los tuyos, quieres lo mejor para ellos. Y es lo que vamos a ir proclamando en los siguientes versos.

Pues si vosotros siendo malos, sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, ¡cuánto más vuestro Padre que está en los cielos!

Mt 7 11

Silencio

Que estás en el cielo: En arameo sería el espacio de consciencia donde habita la chispa Divina, donde habita Dios, el reino de Dios. Entonces, no hablamos de un Dios lejano, sino de un Dios que está en cada uno de nosotros. Su reino de Amor eterno habita en nosotros si lo dejamos entrar. Pide que ese amor eterno habite en tus seres queridos.

Silencio

Santificado sea tu nombre: En arameo: identidad, presencia... Es reconocer que su presencia divina está en ti. Que Él que es Santo, está en ti y entonces tu puedes ser santo. Pide a Dios que te ayude a vivir su presencia en ti y en tus seres queridos para alcanzar la santidad.

Silencio

Venga a nosotros tu Reino: en arameo significa que pides que tu alma habitada por Dios gobierne tu cuerpo, tu mente y tu realidad. Si tu alma es de Dios, el Reino de Dios está en ti. Jesús nos lo dijo: *El reino de Dios está entre vosotros.* Lc 17, 21. Poniendo a Jesús en nuestras vidas será más fácil hacer posible que ese el reino del amor eterno esté entre nosotros. Pide que tus seres queridos acepten a Dios como el Señor de su alma para hacer posible su Reino.

Silencio

Hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo: En arameo es pedirle a Dios que yo acepte el deseo divino de Dios, el anhelo de Dios, el sueño de Dios para mí ¿Cuál es tu voluntad, Padre? ¿Cuál es tu voluntad para mis seres queridos? Lo que tiene soñado para cada uno de nosotros seguro nos hará felices, ya que nos quiere felices... Señor ayúdales a descubrir tu voluntad para ellos y que la acepten.

Silencio

Danos hoy nuestro pan de cada día: En arameo no significa solo pan, si no conocimiento y nuestras necesidades más profundas. Por lo que le solicitamos que nos alimente el alma, nuestro interior,

nuestras necesidades profundas. De nuevo te animo a que pidas al Padre que nos llene por dentro, que nos ilumine, que ilumine a tus seres queridos en aquello en lo que tienen verdadera necesidad...

Silencio

Perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden:

Cuando hablamos de ofensas, en arameo nos referimos a ataduras, cargas, culpas y al pedir perdón no solicitamos que se olviden esas cargas, pedimos que nos libere de esas ataduras para romper el ciclo que mantiene la herida abierta. El perdón es liberación. Cuando conoces el perdón de Dios eres capaz de perdonar. Quizá te hayas sentido ofendido por tus seres queridos. Perdónalos como el Padre te ha liberado a ti. Que cada día vivas desde la actitud del perdón, igual que el Padre te libera..., sin miramiento, de todas tus meteduras de pata, tus salidas de tono, tus faltas de amor. Él te perdona sin juzgar, ¿por qué tú tienes que juzgar a los que más amas? Perdónalos y no juzgues, acompáñalos, necesitan de ti, te necesitan a tu lado sin que les juzguen...

Silencio

No nos dejes caer en la tentación: en arameo significa "no nos dejes solos" en los momentos de debilidad, y no solo evitar caer siempre en lo mismo. Resulta tan sencillo caer en el mismo error y repetir nuestras faltas a diario. Si tú experimentas esta lucha, ten por seguro que tus seres queridos también. Pide para que nunca el Señor los abandone y puedan sortear las tentaciones de cada día.

Silencio

Y libranos del mal: En arameo, se interpreta como "sostenme cuando me enfrento a mis sombras". Ciertamente el mal nos acecha, quiere ganar su batalla y también se acerca a los que más queremos. Pide al Padre que se haga presente en ellos cuando las sombras quieran habitarlos, que los aleje de aquello que no les hace bien...

Silencio

El Padre nuestro no es una oración de suplica a un Dios lejano, sino reconocer que es Jesús quien habita en nosotros, para vivir en su Amor, transmitir ese amor, iluminar nuestras sombras y sentirnos siempre acompañados.

Amén: Así sea.

**PADRE
HAKUNA**

Monitor: Juntos vamos a rezar por las familias de todos los que estamos en esta oración y por aquellas más necesitadas de nuestra comunidad y de nuestra diócesis:

PADRE NUESTRO

Noso Pai: En arameo, a lingua que falaba Xesús, ao dicir "Pai" remítenos á fonte, á orixe compartida, ao alento de vida que nos une. El non é só o Pai, senón tamén a orixe dos teus seres queridos. Ti, que amas á túa familia, queres o mellor para eles. E iso é o que proclamaremos nos seguintes versículos: Pois se vós, que sodes ruíns, ben sabedes darlles cousas boas aos vosos fillos, canto máis voso Pai celestial llelles dará aos que lles pidan?

Mt 7 11

Silencio

"Que estás no ceo": En arameo, é o reino da consciencia onde habita a faísca divina, onde reside Deus, o reino de Deus. Polo tanto, non estamos a falar dun Deus distante, senón dun Deus que está dentro de cada un de nós. O seu reino de Amor eterno habita dentro de nós se lle permitimos entrar. Pide que este amor eterno habite nos teus seres queridos.

Silencio

Santificado sexa o teu nome: en arameo: identidade, presenza... É recoñecer que a Súa presenza divina está dentro de ti. Que Aquel que é Santo está en ti e, polo tanto, ti podes ser santo. Pídelle a Deus que che axude a experimentar a Súa presenza dentro de ti e dos teus seres queridos para alcanzar a santidad.

Silencio

Veña o teu Reino: en arameo, significa pedir que a túa alma, habitada por Deus, governe o teu corpo, a túa mente e a túa realidade. Se a túa alma pertence a Deus, o Reino de Deus está dentro de ti. Xesús díxonos: «o Reino de Deus xa está dentro de vós» (Lucas 17:21). Ao colocar a Xesús no centro das nosas vidas, será máis doado facer posible que este reino de amor eterno estea entre nós. Reza para que os teus seres queridos acepten a Deus como Señor das súas almas para que o seu Reino sexa posible.

Silencio

Fágase a túa vontade, aquí na terra coma no ceo: En arameo, é pedirlle a Deus que me axude a aceptar o seu desexo divino, o seu anhelos, o seu soño para min. Cal é a túa vontade, Pai? Cal é a túa vontade para os meus seres queridos? O que soñaches para cada un de nós seguramente nos fará felices, Ti queres que sexamos felices... Señor, axúdaos a descubrir a túa vontade para eles e a aceptala.

Silencio

Dáenos hoxe o noso pan de cada día: En arameo, non só significa pan, tamén coñecemento e as nosas necesidades máis profundas. Polo tanto, pedímosche que alimentes as nosas almas, o noso interior.

As nosas necesidades máis profundas. De novo, anímovos a pedirlle ao Pai que nos encha desde dentro, que nos ilumine, que ilumine aos vosos seres queridos nas súas verdadeiras necesidades...

Silencio

Perdoa as nosas ofensas, como tamén perdoamos nos aos a quen nos ten ofendido:

Cando falamos de ofensas en arameo, referímonos a ataduras, cargas, culpa, e cando pedimos perdón, non pedimos que esas cargas sexan esquecidas, senón que nos liberemos desas ataduras para romper o ciclo que mantén a ferida aberta. O perdón é liberación. Cando coñeces o perdón de Deus, es capaz de perdoar. Quizais te sentiches ofendido polos teus seres queridos. Perdóaos como o Pai te liberou a ti. Que vivas cada día cunha actitude de perdón, así como o Pai te libera —sen dubidar— de todos os teus erros, dos teus comentarios inapropiados, da túa falta de amor. El perdóache sen xulgar, entón por que deberías xulgar aos que máis amas? Perdóaos e non xulgues; acompañaos. Eles necesitan; necesitan ao seu carón sen ser xulgados.

Silencio

E non nos deixes caer na tentación: en arameo, significa "non nos deixes sós" nos momentos de debilidade, e non se trata só de evitar caer nas mesmas trampas repetidamente. É tan fácil caer nos mesmos erros e repetir os nosos pecados a diario. Se estás a experimentar esta loita, podes estar seguro de que os teus seres queridos tamén o están. Reza para que o Señor nunca os abandone e para que sexan capaces de superar as tentacións de cada día.

Silencio

Mais líbranos do mal: En arameo, isto interprétase como "Sosténme cando me enfrente ás miñas sombras". Certamente, o mal acecha, buscando gañar a súa batalla, e tamén se achega aos que máis amamos. Pídelle ao Pai que estea presente con eles cando as sombras intenten habitar dentro deles, para gardalos do que lles prexudica...

A Oración do Señor non é unha oración de súplica a un Deus distante, senón un recoñecemento de que é Xesús quen habita en nós para vivir no Seu amor, transmitir ese amor, iluminar as nosas sombras e sentirnos sempre acompañados.

Amén: Que así sexa.

PADRE.
HAKUNA

Monitor: Xuntos rezaremos polas familias de todos os aquí presentes nesta oración e por aqueles que máis o necesitan na nosa comunidade e na nosa diocese:

NOSO PAI

ERGUÉMONOS E XUNTOS REZAMOS A ORACIÓN FINAL



ORACIÓN POR LA FAMILIA

SEMANA DEL 15 AL 21 DE JUNIO DE 2026

Puedes elegir hacer esta oración esta semana o intercambiarla por la de otra semana.

AMBIENTACIÓN

1. POSTURA Y SILENCIO

Breve relajación. Se invita a que cierren los ojos, o dejen la mirada fija en un punto delante de ellos para no distraerse. Se les puede animar a que observen su respiración: "Inspira profundamente, espira despacio..."

Al inspirar te llenas de tranquilidad y al espirar ve dejando que salgan las preocupaciones, lo que tenemos pendiente, los pensamientos que nos perturban..."

Puedes profundizar en métodos de relajación buscando en internet.

INSTRUMENTAL
PARA ORAR Y
MEDITAR

2. INVOCA AL ESPÍRITU SANTO

Monitor: Ven Espíritu Santo

Deja sonar la música tranquila hasta que vayas a leer la Palabra de Dios.

3. SALUDAMOS AL PADRE

Monitor: Ponte en la presencia del Padre. Hoy te invito a orar desde la vida que vives, desde lo que eres. Haz silencio en tu interior y reconoce desde que criterios te mueves en tu vida. Pide al Espíritu Santo que te ayude a descubrir la verdad y la belleza que el Padre quiere para ti y para tus seres queridos, por los que hoy estás orando.

INTERCESIÓN

ORAR POR OTROS: INTERCESIÓN.

1

Monitor: PRESENTA al Padre a aquellos por los que quieres rezar. Él los conoce desde siempre, pero es importante que en tu interior digas los nombres y traigas a tu mente sus rostros para que los hagas presentes ante el Padre. Ya sabes que a Él le gusta verlos a través de ti.

Silencio

2

Monitor: DA GRACIAS a Dios por cada uno de ellos, por lo que representan en tu vida. Porque los ha puesto en tu camino. Porque gracias a su existencia tú participas junto con el Padre en la creación. Porque te hacen crecer y salir de ti mismo. Gracias por cómo son y porque puedes disfrutar de ellos. Porque te ríes con cada uno de tus hijos, hijas, pareja, madre, padre... seres queridos y también gracias por las veces que juntos no lo habéis pasado bien, pero que os han hecho crecer como familia.

Silencio

3

Monitor: Pide a Dios que los **BENDIGA**. Que bendiga sus pensamientos, sus sentimientos, lo que dicen, lo que hacen... Que bendiga su entorno y a quienes les rodean. Que bendiga su vida, lo que son, lo que han sido y lo que serán.

Silencio un poco más largo



ORACIÓN POLA FAMILIA

SEMANA DO 15 AO 21 DE XUÑO DE 2026

Podes escoller facer esta oración esta semana ou cambiala pola oración doutra semana.

AMBIENTACIÓN

1. POSTURA E SILENCIO

Breve relaxación. Invítase aos participantes a pechar os ollos ou fixar a mirada nun punto diante deles para evitar distraccións. Pódeselles animar a observar a súa respiración: «Inhala profundamente, exhala lentamente...»

Ao inhalar, échete de tranquilidade e, ao exhalar, deixa atrás as preocupacións, as tarefas pendentes e os pensamentos perturbadores...

Podes aprender máis sobre métodos de relaxación buscando en liña.

INSTRUMENTAL
PARA ORAR E
MEDITAR



2. INVOCA O ESPÍRITO SANTO

Monitor: Ven Espírito Santo

Deixa que soe a música relaxante ata que vaias ler a Palavra de Deus.

3. SAÚDAMOS AO PAI

Monitor: Colócate na presenza do Pai. Hoxe convídote a rezar desde a vida que estás a vivir, desde quen es. Quédate quieto dentro de ti mesmo e recoñece os principios que guían a túa vida. Pídelle ao Espírito Santo que che axude a descubrir a verdade e a beleza que o Pai desexa para ti e para os teus seres queridos, polos que estás a rezar hoxe.

INTERCESIÓN

ORA POLOS DEMAIS: INTERCESIÓN.

1

Monitor: Presenta ao Pai aqueles polos que desexas orar. El sempre pensou neles, pero é importante que digas en silencio os seus nomes e lembres os seus rostros para que poidas presentalos ao Pai. Sabes que a El lle gusta velos a través de ti.

Silencio

2

Monitor: Dá grazas a Deus por cada un deles, polo que representan na túa vida. Porque El os colocou no teu camiño. Porque grazas á súa existencia participas co Pai na creación. Porque che axudan a medrar e a transcenderte. Grazas por quen son e porque podes gozalos. Porque rís con cada un dos teus fillos, fillas, parella, nai, pai... seres queridos, e tamén grazas polos momentos nos que non o pasastes ben xuntos, pero que vos axudaron a medrar como familia.

Silencio

3

Monitor: Pídelle a Deus que os BENDIGA. Que bendiga os seus pensamentos, os seus sentimentos, o que din, o que fan... Que bendiga o seu contorno e os que os rodean. Que bendiga as súas vidas, quen son, quen foron e quen serán.

Un silencio un pouco máis longo

PROPUESTA

Para la música al proclamar la Palabra de Dios.

Monitor o lector:

Mateo 6, 26-32

Mirad los pájaros del cielo: no siembran ni siegan, ni almacenan y, sin embargo, vuestro Padre celestial los alimenta. ¿No valéis vosotros más que ellos? ¿Quién de vosotros, a fuerza de agobiarse, podrá añadir una hora al tiempo de su vida? ¿Por qué os agobiáis por el vestido? Fijaos cómo crecen los lirios del campo: ni trabajan ni hilan. Y os digo que ni Salomón, en todo su fasto, estaba vestido como uno de ellos. Pues si a la hierba, que hoy está en el campo y mañana se arroja al horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más por vosotros, gente de poca fe? No andéis agobiados pensando qué vais a comer, o qué vais a beber, o con qué os vais a vestir. Los paganos se afanan por esas cosas. Ya sabe vuestro Padre celestial que tenéis necesidad de todo eso.

Silencio

REFLEXIÓN

Se puede reiniciar la música para la reflexión.

Monitor: Fijaos cómo crecen los lirios del campo: ni trabajan ni hilan. Y os digo que ni Salomón, en todo su fasto, estaba vestido como uno de ellos.

Con este ejemplo, Jesús te invita a mirar despacio, a dejar que algo tan frágil como una flor te revele la ternura de Dios.

Imagina la flor que más te guste. Es bella, hermosa... Quizá haya otros elementos de la naturaleza que te sobrecogen o te llenan de admiración.

Piensa en algún momento concreto en el que la naturaleza desbordante te hizo admirar la grandeza de Dios: Quizá un amanecer en cualquier playa de nuestro alrededor, el olor a eucalipto después de la lluvia, el silencio de un bosque, el mar rompiendo con fuerza, o una montaña que te hizo sentir pequeño pero sostenido. Ese instante no fue casualidad. Fue Dios hablándote sin palabras.

Pues si a la hierba, que hoy está en el campo y mañana se arroja al horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más por vosotros, gente de poca fe?

Vamos a dejar de apreciar la naturaleza, para contemplar la belleza de las personas que amas.

Piensa en tus seres queridos, uno por uno. Míralos como si fueran esos lirios:

- ¿Que admiras de ellos?
- ¿Qué belleza ves en ellos?
- ¿Qué dones, gestos, miradas, detalles de ellos te hablan de Dios?

- ¿Qué es lo más hermoso que tienen... incluso más allá de lo visible?

La belleza de Dios se filtra a través de ellos: en su paciencia, en su humor, en su capacidad de cuidar, en su talento intelectual, en sus dotes para trabajar con las manos, en su fragilidad, en su forma de querer.

Señor, Padre bueno, mira hoy con ternura a las personas que llevo en el corazón.

Tú conoces sus nombres, sus historias, sus heridas, sus necesidades y sus sueños. Tú los amas más de lo que yo puedo imaginar.

Te doy gracias por cada uno de ellos: por su belleza interior, por los dones que has sembrado en su vida, por la luz que reflejan de Ti, por todo lo que me enseñan sin proponérselo.

Te pido, Señor, que los cuides como cuidas la creación, que los sostengas cuando les falten fuerzas, que los abracés cuando se sientan solos, que los ilumines cuando no encuentren el camino.

Haz que sus dones florezcan, que descubran la belleza que Tú has puesto en ellos, que vivan sin miedo, confiando en que Tú eres su Padre y que nunca los abandonarás.

Acompáñalos siempre, Señor, y enséñame a mirarlos con tus ojos de amor.
Amen

**GRACIAS POR MI
VIVIR. BROTES DE
OLIVO**

Monitor: Juntos vamos a rezar por las familias de todos los que estamos en esta oración y por aquellas más necesitadas de nuestra comunidad y de nuestra diócesis:

PADRE NUESTRO

NOS PONEMOS DE PIE Y JUNTOS REZAMOS LA ORACIÓN FINAL

PROPOSTA

Para a música ao proclamar a Palabra de Deus.

Mateo 6, 26-32

Monitor ou lector:

Ollade para as aves do ceo: nin sementan, nin segan, nin recollen nas arcas e, con todo, son mantidas polo voso Pai celestial. Non valedes vós máis ca elas? E quen de vós, por máis que se angustie, pode engadir un anaco máis ao tempo da súa vida? E polo vestido por que vos angustiaades? Aprendede dos lirios do campo: como medran e non traballan, nin fían. E asegúrovos que nin Salomón en toda a súa gloria se chegou a vestir coma un deles.

Pois se á herba do campo, que hoxe verdea e mañá será botada ao forno, Deus así a viste, canto máis non fará por vós, homes de pouca fe? Non andedes angustiados, dicindo: "Que imos comer?", ou "que imos beber?", ou "que imos vestir?". Por todas esas cousas andan angustiados os pagáns; e ben sabe voso Pai celestial que as precisades.

Silencio

REFLEXIÓN

A música pódese reiniciar para a reflexión.

Monitor: *Aprendede dos lirios do campo: como medran e non traballan, nin fían. E asegúrovos que nin Salomón en toda a súa gloria se chegou a vestir coma un deles.*

Con este exemplo, Xesús invítate a mirar con delicadeza, a deixar que algo tan fráxil como unha flor che revele a tenrura de Deus.

Imaxina a túa flor favorita. É fermosa, preciosa... Quizais haxa outros elementos da natureza que te abrumen ou te enchan de admiración.

Pensa nun momento específico no que a natureza desbordante che fixo admirar a grandeza de Deus: Quizais un amencer en calquera praia que nos rodea, o cheiro a eucalipto despois da choiva, o silencio dun bosque, o mar rompendo con forza ou unha montaña que che fixo sentir pequeno pero apoiado.

Ese momento non foi unha coincidencia. Foi Deus falándoches sen palabras.

Se Deus viste así a herba do campo, que hoxe hai e mañá se botará ao lume, non vos vestirá moito máis a vós, homes de pouca fe?

Deixemos de apreciar a natureza, para contemplar a beleza da xente que amamos.

Pensa nos teus seres queridos, un por un. Míraos coma se fosen eses lirios:

- Que admiras deles/elas?
- Que beleza ves neles?
- Que dons, xestos, miradas, detalles sobre eles che fan de Deus?

- Cal é a cousa máis fermosa que teñen... mesmo máis alá do visible?

A beleza de Deus brilla a través deles: na súa paciencia, no seu humor, na súa capacidade de coidar, no seu talento intelectual, na súa habilidade para traballar coas mans, na súa fragilidade, na súa maneira de amar.

Señor, Pai bo, mira hoxe con tenrura ás persoas que teño no meu corazón.

Coñeces os seus nomes, as súas historias, as súas feridas, as súas necesidades e os seus soños.

Ámalos máis do que podo imaxinar.

Douche grazas por cada un deles: pola súa beleza interior, polos dons que sementaches nas súas vidas, pola luz que reflicten de Ti, por todo o que me ensinan sen querer.

Pídoche, Señor, que coides deles como coidas da creación, que os sostés cando lles falten forzas, que os abracas cando se sintan sós, que os ilumines cando non poidan atopar o seu camiño.

Deixa que florezan os seus dons, que descubran a beleza que puxeches dentro deles, que vivan sen medo, confiando en que Ti es o seu Pai e que nunca os abandonarás.

Quédate sempre con eles, Señor, e ensíname a velos cos teus ollos amorosos. Amén.

**GRACIAS POR MI
VIVIR. BROTES DE
OLIVO**

Monitor: Xuntos rezaremos polas familias de todos nós aquí presentes en oración e por aqueles que máis o necesitan na nosa comunidade e na nosa diocese:

NOSO PAI

ERGUÉMONOS E XUNTOS REZAMOS A ORACIÓN FINAL



ORACIÓN POR LA FAMILIA

SEMANA DEL 22 AL 28 DE JUNIO DE 2026

Puedes elegir hacer esta oración esta semana o intercambiarla por la de otra semana.

AMBIENTACIÓN

ORACIÓN 01-10-22 ESTOY A TU PUERTA

1. POSTURA Y SILENCIO

Breve relajación. Se invita a que cierren los ojos, o dejen la mirada fija en un punto delante de ellos para no distraerse. Se les puede animar a que observen su respiración: "Inspira profundamente, espira despacio..."

Al inspirar te llenas de tranquilidad y al espirar ve dejando que salgan las preocupaciones, lo que tenemos pendiente, los pensamientos que nos perturban..."

Puedes profundizar en métodos de relajación buscando en internet.

NADIE TE AMA
COMO YO
INSTRUMENTAL.
MARTÍN VALVERDE

2. INVOCA AL ESPIRITU SANTO

Monitor: Ven Espíritu Santo

*Deja sonar la música
tranquila hasta que vayas
a leer la Palabra de Dios.*

3. SALUDAMOS AL PADRE

Monitor: Hazte consciente de que estás en la presencia del Señor. Mediante su Espíritu vas establecer unos momentos de conexión con Él. Haz silencio en tu corazón y tu mente, porque el Señor habla en el silencio. Vive cada día, escuchando y dejando entrar al Señor en tu más profundo yo. Reconoce su amor en ti y en cada uno de nuestros seres queridos por los que hoy rezamos. Deja al Espíritu Santo que haga en ti, que te dé palabras para saber orar y dirigirte al Señor.

INTERCESIÓN

ORAR POR OTROS: INTERCESIÓN.

1

Monitor: PRESENTA al Padre a aquellos por los que quieres rezar. Él los conoce desde siempre, pero es importante que en tu interior digas los nombres y traigas a tu mente sus rostros para que los hagas presentes ante el Padre. Ya sabes que a Él le gusta verlos a través de ti.

Silencio

2

Monitor: DA GRACIAS a Dios por cada uno de ellos, por lo que representan en tu vida. Porque los ha puesto en tu camino. Porque gracias a su existencia tú participas junto con el Padre en la creación. Porque te hacen crecer y salir de ti mismo. Gracias por cómo son y porque puedes disfrutar de ellos. Porque te ríes con cada uno de tus hijos, hijas, pareja, madre, padre... seres queridos y también gracias por las veces que juntos no lo habéis pasado bien, pero que os han hecho crecer como familia.

Silencio

3

Monitor: Pide a Dios que los **BENDIGA**. Que bendiga sus pensamientos, sus sentimientos, lo que dicen, lo que hacen... Que bendiga su entorno y a quienes les rodean. Que bendiga su vida, lo que son, lo que han sido y lo que serán.

Silencio un poco más largo



ORACIÓN POLA FAMILIA

SEMANA DO 22 AO 28 DE XUÑO DE 2026

Podes escoller facer esta oración esta semana ou cambiala pola oración doutra semana.

AMBIENTACIÓN

1. POSTURA E SILENCIO

Breve relaxación. Invítase aos participantes a pechar os ollos ou fixar a mirada nun punto diante deles para evitar distraccións. Pódeselles animar a observar a súa respiración: «Inhala profundamente, exhala lentamente...»

Ao inhalar, échete de tranquilidade e, ao exhalar, deixa atrás as preocupacións, as tarefas pendentes e os pensamentos perturbadores...

Podes aprender máis sobre métodos de relaxación buscando en liña.

NADIE TE AMA
COMO YO
INSTRUMENTAL
MARTÍN VALVERDE

2. INVOCA O ESPÍRITO SANTO

Monitor: Ven Espírito Santo

Deixa que soe a música relaxante ata que vaias ler a Palavra de Deus.

3. SAÚDAMOS AO PAI

Monitor: Sé consciente de que estás na presenza do Señor. A través do Seu Espírito, establecerás momentos de conexión con El. Mantén a calma no teu corazón e na túa mente, porque o Señor fala en silencio. Vive cada día escoitando e permitindo que o Señor entre no teu eu máis profundo. Recoñece o Seu amor en ti e en cada un dos nosos seres queridos polos que rezamos hoxe. Deixa que o Espírito Santo traballe dentro de ti, dándoches palabras para rezar e dirixirte ao Señor.

INTERCESIÓN

ORA POLOS DEMAIS: INTERCESIÓN.

1

Monitor: Presenta ao Pai aqueles polos que desexas orar. El sempre pensou neles, pero é importante que digas en silencio os seus nomes e lembres os seus rostros para que poidas presentalos ao Pai. Sabes que a El lle gusta velos a través de ti.

Silencio

2

Monitor: Dá grazas a Deus por cada un deles, polo que representan na túa vida. Porque El os colocou no teu camiño. Porque grazas á súa existencia participas co Pai na creación. Porque che axudan a crecer e a transcenderte. Grazas por quen son e porque podes gozalos. Porque rís con cada un dos teus fillos, fillas, parella, nai, pai... seres queridos, e tamén grazas polos momentos nos que non o pasastes ben xuntos, pero que vos axudaron a crecer como familia.

Silencio

3

Monitor: Pídelle a Deus que os BENDIGA. Que bendiga os seus pensamentos, os seus sentimentos, o que din, o que fan... Que bendiga o seu contorno e os que os rodean. Que bendiga as súas vidas, quen son, quen foron e quen serán.

Un silencio un pouco máis longo

Monitor o lector: *Apocalipsis 3,20*
Mira, estoy de pie a la puerta y llamo. Si alguien escucha mi voz y abre la puerta, entraré en su casa y cenaré con él y él conmigo.

Monitor: =s invito a escuchar la versión de la Hermana Glenda y dejar que las palabras del Señor lleguen a nuestra mente y nuestro corazón

Canción: Estoy a tu puerta y llamo. Hna. Glenda

Monitor: Hay muchas formas de acercarse a Dios. Podemos utilizar la inteligencia o dejar resonar un texto del Evangelio como hacemos otras veces. Pero también hay otras maneras.

Esta noche os propongo una visualización: Es una técnica de introspección, que vamos a poner al servicio el Evangelio, conducida y empapada por la acción del Espíritu Santo.

Continúa relajado/a y déjate llevar por la imaginación. Respira profundamente y sigue las pautas que vamos a indicar.

Si en algún momento te resulta difícil visualizar, no te preocupes simplemente escucha y puedes ir repitiendo en tu interior: "Jesús entra en mi corazón".

Reinicia la música instrumental

Imagínate que estás en el salón de tu casa, ves el sofá, la mesa y las sillas, la estantería con libros o la alacena con tus cosas. Ves tus cuadros en la pared y el equipo de sonido. Incluso imagínate a ti mismo escuchando música.

(Pausa)

Ahora, imagina que caminando tranquilamente hacia tu casa viene... Jesús... sí, Jesús. Imagínatelo: Con su barba, su media melena, su mirada ... visualízalo con túnica y sandalias o con tejanos y zapatillas de deporte... como tú quieras... pero haz un pequeño esfuerzo por imaginarlo en este momento en tu mente... Déjate guiar por el Espíritu...

Ahora ves a Jesús que llega al portal de tu casa y empieza a subir las escaleras, lenta pero decididamente... observa en primer plano sus pies subiendo los escalones, y su mano agarrándose a la barandilla... su robusta mano de carpintero experto... visualiza como Jesús sube lentamente la escalera y se acerca a tu piso...

Está ante la puerta de tu casa:

- "Estoy a la puerta"
- Jesús hace rato que está ante la puerta de tu casa/de tu persona.

- Y espera... espera
- "Estoy a la puerta llamando"

Imagina su mano robusta que llama suavemente a la puerta... y además, te llama por tu nombre:

- "Si alguien oye"

¿Oyes su voz? ¿Quieres oír su voz hoy y ahora mismo...?

Él te llama por tu nombre con la fuerza del Espíritu.

Haz silencio en tu interior... respira lentamente... no tengas miedo.

Jesús dice: "Si alguien oye y me abre"

Que la puerta se abra por dentro depende de ti... De momento sigues sentada/o. Jesús no te quiere forzar, el respeto a t libertad.

- ¿Quieres abrir la puerta de tu corazón a Jesús?
- ¿Quieres darle permiso para que entre?

Lo puedes hacer ahora mismo, si quieres, en este momento.

- ¿Qué te pasa?
- ¿Dudas? ¿Tienes miedo? ¿Miedo a tener una decepción? ¿A abrir y no encontrar a nadie? ¿Miedo a que Jesús te recrimine algo de tu pasado?

¡Vamos, decídetel...

En libertad, si quieres, levántate, ve hacia la puerta y le abres...

Él está aquí, ante ti. Sus ojos te miran con dulzura, no te recrimina nada, al contrario, te acoge, te valora, te ama.

Y tú le dices: "Entra, Jesús, entra en mi casa". Os abrazáis.

(Pausa)

Jesús te dice: "Entraré y comeremos juntos".

Le acompañas hasta tu comedor, os sentáis a la mesa y con vosotros están aquellos por los que hoy estás rezando

Él te pone la mano en el hombro, te mira con ternura y te dice:

- "Cuánto he esperado este momento".

Te invito a que retengas y abras la imagen de Jesús que te llega en este momento. Recuerda que en ese abrazo, en tu corazón, están aquellos por los que hoy rezas.

(Pausa)

Canción: Nadie te ama como yo. Martín Valverde

Monitor: Juntos vamos a rezar por las familias de todos los que estamos en esta oración y por aquellas más necesitadas de nuestra comunidad y de nuestra diócesis:

PADRE NUESTRO

NOS PONEMOS DE PIE Y JUNTOS REZAMOS LA ORACIÓN FINAL

Apocalipse 3:20

Monitor ou lector:

Mira que hai tempo que estou a petar na túa porta. Se alguén escoita a miña voz e abre a porta, eu entraría cabo del e cearía con el e el comigo.

Monitor: Convidovos a escoitar a versión da irmá Glenda e deixar que as palabras do Señor cheguen ás nosas mentes e corazóns.

Canción: Estou á túa porta e chamo. Irmá Glenda ✎

Monitor: Hai moitas maneiras de achegarse a Deus. Podemos usar a nosa intelixencia ou deixar que un texto do Evanxeo resoe en nós, como ás veces facemos. Pero tamén hai outras maneiras.

Esta noite propoño unha visualización: é unha técnica de introspección, que poñeremos ao servizo do Evanxeo, guiados e imbuídos pola acción do Espírito Santo.

Mantén-te relaxado e deixa voar a túa imaxinación. Respira profundamente e segue as instrucións que che imos dar.

Se nalgún momento che resulta difícil visualizar, non te preocupes, só escoita e podes repetir para ti mesmo: "Xesús entra no meu corazón".

Reinicia a música instrumental

Imaxina que estás na túa sala de estar. Ves o sofá, a mesa e as cadeiras, a estantería con libros ou o armario coas túas cousas. Ves os teus cadros na parede e o equipo de música. Incluso podes imaxinar-te escoitando música.

(Pausa)

Agora, imaxina que Xesús camiña pacificamente cara á túa casa... si, Xesús. Imaxíno: coa súa barba, o seu cabelo ata os ombreiros, a súa mirada... visualízao cunha túnica e sandalias ou con pantalóns vaqueiros e zapatillas deportivas... como queiras... pero fai un pequeno esforzo por imaxinalo na túa mente agora mesmo... Déixate guiar polo Espírito...

Agora ves a Xesús chegando á entrada da túa casa e comezando a subir as escaleiras, lenta pero decididamente... observa de preto os seus pés subindo os chanzos e a súa man agarrando a barandilla... a súa forte man de carpinteiro experto... visualiza a Xesús subindo lentamente as escaleiras e achegándose ao teu apartamento... Está de pé diante da túa porta principal:

- "Estou na porta"
- Xesús leva un tempo á porta da túa casa/da túa persoa.
- E agarda... agarda

- "Estou a petar na tua porta"

Imaxina a súa man forte chamando suavemente á porta... e, ademais, chámate polo teu nome:

- "Se alguén escoita"

Escoitas a Súa voz? Queres escoitar a Súa voz hoxe, agora mesmo...?

El chámate polo teu nome co poder do Espírito.

Quédate quieto dentro de ti mesmo... respira lentamente... non teñas medo.

Xesús di: «Se alguén escoita a miña voz e abre a porta...»

Que a porta se abra desde dentro depende de ti... De momento, segue sentado. Xesús non quere obrigarte; respecta a túa liberdade.

- Queres abrílle a porta do teu corazón a Xesús?

- Queres darlle permiso para entrar?

Podes facelo agora mesmo, se queres, neste momento.

- Que pasa?

- Dúbias? Tes medo? Medo á decepción? De abrir a porta e non atopar a ninguén alí? Medo de que Xesús che reproche algo do teu pasado?

¡Vaia, decide!...

Se estás libre, adiante, levántate, vai á porta e ábrella...

El está aquí, diante de ti. Os seus ollos mirante con tenrura; non te reprocha, ao contrario, acóllete, valórate, ámate.

Ti dílle: «Entra, Xesús, entra na miña casa». Abrazádesvos.

(Pausa)

Xesús díche: «Entrarei e comeremos xuntos».

Acompáñalo ao teu comedor, séntadesvos á mesa e contigo están aqueles polos que hoxe estás a rezar. El pon a man no teu ombreiro, mírate con tenrura e di:

- "Canto tempo levo esperando por este momento."

Convidovos a aferrarvos e abrazar a imaxe de Xesús que che chega neste momento. Lembrade que nese abrazo, no voso corazón, están aqueles polos que orades hoxe.

(Pausa)

Canción: Nadie te ama como yo. Martín Valverde ✎

Monitor: Xuntos rezaremos polas familias de todos os aquí presentes en oración e por aqueles que máis o necesitan na nosa comunidade e na nosa diocese:

NOSO PAI

ERGUÉMONOS E XUNTOS REZAMOS A ORACIÓN FINAL

ORACIÓN FINAL POR LA FAMILIA

Señor, Padre todopoderoso: Te damos gracias por habernos dado estos hijos, esta pareja, estos padres y estos seres queridos.

Son una alegría para nosotros, pero también nos generan preocupaciones, temores y fatigas que aceptamos con serenidad. Por eso, ayúdanos a amarlos sinceramente.

Desde toda la eternidad Tú conocías y amabas a todos aquellos por los que hoy oramos. Danos sabiduría para acompañarlos, paciencia para seguir a su lado y juntos hacer el bien. Fortalece nuestro amor para conseguir que todos seamos mejores.

Es tan difícil comprender a los que tanto amamos, ser como ellos nos desean, ayudarlos a hacer su camino... Enséñanos Padre bueno, por los méritos de Jesús tu Hijo y Señor nuestro.

Gloria al Padre, al hijo y al ES... AMEN

ORACIÓN FINAL POR LA FAMILIA

Señor, Padre todopoderoso: Te damos gracias por habernos dado estos hijos, esta pareja, estos padres y estos seres queridos.

Son una alegría para nosotros, pero también nos generan preocupaciones, temores y fatigas que aceptamos con serenidad. Por eso, ayúdanos a amarlos sinceramente.

Desde toda la eternidad Tú conocías y amabas a todos aquellos por los que hoy oramos. Danos sabiduría para acompañarlos, paciencia para seguir a su lado y juntos hacer el bien. Fortalece nuestro amor para conseguir que todos seamos mejores.

Es tan difícil comprender a los que tanto amamos, ser como ellos nos desean, ayudarlos a hacer su camino... Enséñanos Padre bueno, por los méritos de Jesús tu Hijo y Señor nuestro.

Gloria al Padre, al hijo y al ES... AMEN

ORACIÓN FINAL POR LA FAMILIA

Señor, Padre todopoderoso: Te damos gracias por habernos dado estos hijos, esta pareja, estos padres y estos seres queridos.

Son una alegría para nosotros, pero también nos generan preocupaciones, temores y fatigas que aceptamos con serenidad. Por eso, ayúdanos a amarlos sinceramente.

Desde toda la eternidad Tú conocías y amabas a todos aquellos por los que hoy oramos. Danos sabiduría para acompañarlos, paciencia para seguir a su lado y juntos hacer el bien. Fortalece nuestro amor para conseguir que todos seamos mejores.

Es tan difícil comprender a los que tanto amamos, ser como ellos nos desean, ayudarlos a hacer su camino... Enséñanos Padre bueno, por los méritos de Jesús tu Hijo y Señor nuestro.

Gloria al Padre, al hijo y al ES... AMEN

ORACIÓN FINAL POR LA FAMILIA

Señor, Padre todopoderoso: Te damos gracias por habernos dado estos hijos, esta pareja, estos padres y estos seres queridos.

Son una alegría para nosotros, pero también nos generan preocupaciones, temores y fatigas que aceptamos con serenidad. Por eso, ayúdanos a amarlos sinceramente.

Desde toda la eternidad Tú conocías y amabas a todos aquellos por los que hoy oramos. Danos sabiduría para acompañarlos, paciencia para seguir a su lado y juntos hacer el bien. Fortalece nuestro amor para conseguir que todos seamos mejores.

Es tan difícil comprender a los que tanto amamos, ser como ellos nos desean, ayudarlos a hacer su camino... Enséñanos Padre bueno, por los méritos de Jesús tu Hijo y Señor nuestro.

Gloria al Padre, al hijo y al ES... AMEN

ORACIÓN FINAL POLA FAMILIA

Señor, Pai Todopoderoso: Grazas por darnos estes fillos, esta parella, estes pais e estes seres queridos.

Tráennos alegría, pero tamén xeran preocupacións, medos e cansazo que aceptamos con serenidade. Polo tanto, axúdanos a amalos sinceramente.

Desde toda a eternidade, coñeciche e amache a todos aqueles polos que hoxe rezamos. Dános sabedoría para acompañalos, paciencia para permanecer ao seu carón e xuntos facer o ben. Fortalece o noso amor para que todos poidamos ser mellores.

É tan difícil comprender a aqueles que tanto amamos, ser como eles desexan que sexamos, axudalos no seu camiño... Ensínanos, Pai bo, polos méritos de Xesús, o teu Fillo e noso Señor.

Gloria ao Pai, e ao Fillo, e ao Espírito Santo... AMÉN

ORACIÓN FINAL POLA FAMILIA

Señor, Pai Todopoderoso: Grazas por darnos estes fillos, esta parella, estes pais e estes seres queridos.

Tráennos alegría, pero tamén xeran preocupacións, medos e cansazo que aceptamos con serenidade. Polo tanto, axúdanos a amalos sinceramente.

Desde toda a eternidade, coñeciche e amache a todos aqueles polos que hoxe rezamos. Dános sabedoría para acompañalos, paciencia para permanecer ao seu carón e xuntos facer o ben. Fortalece o noso amor para que todos poidamos ser mellores.

É tan difícil comprender a aqueles que tanto amamos, ser como eles desexan que sexamos, axudalos no seu camiño... Ensínanos, Pai bo, polos méritos de Xesús, o teu Fillo e noso Señor.

Gloria ao Pai, e ao Fillo, e ao Espírito Santo... AMÉN

ORACIÓN FINAL POLA FAMILIA

Señor, Pai Todopoderoso: Grazas por darnos estes fillos, esta parella, estes pais e estes seres queridos.

Tráennos alegría, pero tamén xeran preocupacións, medos e cansazo que aceptamos con serenidade. Polo tanto, axúdanos a amalos sinceramente.

Desde toda a eternidade, coñeciche e amache a todos aqueles polos que hoxe rezamos. Dános sabedoría para acompañalos, paciencia para permanecer ao seu carón e xuntos facer o ben. Fortalece o noso amor para que todos poidamos ser mellores.

É tan difícil comprender a aqueles que tanto amamos, ser como eles desexan que sexamos, axudalos no seu camiño... Ensínanos, Pai bo, polos méritos de Xesús, o teu Fillo e noso Señor.

Gloria ao Pai, e ao Fillo, e ao Espírito Santo... AMÉN

ORACIÓN FINAL POLA FAMILIA

Señor, Pai Todopoderoso: Grazas por darnos estes fillos, esta parella, estes pais e estes seres queridos.

Tráennos alegría, pero tamén xeran preocupacións, medos e cansazo que aceptamos con serenidade. Polo tanto, axúdanos a amalos sinceramente.

Desde toda a eternidade, coñeciche e amache a todos aqueles polos que hoxe rezamos. Dános sabedoría para acompañalos, paciencia para permanecer ao seu carón e xuntos facer o ben. Fortalece o noso amor para que todos poidamos ser mellores.

É tan difícil comprender a aqueles que tanto amamos, ser como eles desexan que sexamos, axudalos no seu camiño... Ensínanos, Pai bo, polos méritos de Xesús, o teu Fillo e noso Señor.

Gloria ao Pai, e ao Fillo, e ao Espírito Santo... AMÉN