

### Esquema de la oración:

1. Ponte cómodo, respira, siente tu respiración tranquilamente, olvida tu trajín, descansa ante el Señor.
2. Toma conciencia de que estás ante Jesús, sentado a su lado. Puedes imaginarte la escena -utiliza el dibujo de portada (recuerda a María sentada escuchando como discípula)-. Déjate por unos momentos estar con él, sin más, sólo sintiendo que no está lejos.
3. Ahora comienza el diálogo ayudado por estos tres textos:
  - \* Primero lee la afirmación de Jesús dos o tres veces. Despacio.
  - \* Luego puedes ayudarte de los tres afirmaciones que la siguen y llenarlas con tu vida. No corras. Piensa, deja salir tu interior y entrégaselo a Jesús. Dialoga con él.
  - \* Luego al terminar repite insistentemente al ritmo de la respiración la jaculatoria que está indicada. Y déjala que llegue hasta el fondo de tu ser.

### Diálogo con Cristo.

#### 1.

- **El último día, el más importante de la fiesta, Jesús, puesto en pie ante la muchedumbre, afirmó solemnemente: «Si alguien tiene sed, que venga a mí y beba. Como dice la Escritura, de lo más profundo de todo aquel que crea en mí brotarán ríos de agua viva» (Jn 7, 37-38)**
- Tú conoces nuestras fatigas. Muchas veces nos sentimos cansados. Alíviame con tu Espíritu de vida...
- Tú conoces nuestros desiertos. Éste no saber tantas veces a donde nos lleva lo que hacemos. Alíviame con tu Espíritu de esperanza...
- Tú conoces nuestras sequedades. Somos duros de corazón. Alíviame con tu Espíritu de amor...

*Jaculatoria:*

**SEÑOR, DAME DE BEBER**

#### 2.

- **Jesús volvió a hablar a la gente, diciendo: «Yo soy la luz del mundo. El que me siga no caminará a oscuras, sino que tendrá la luz de la vida» (Jn 8, 12)**
- El futuro se nos hace incierto. A veces no queremos ni pensar en él y nos pegamos al presente sin más. Dame tu luz para caminar con fortaleza buscando tu proyecto para mí...
- La envidia oscurece los dones que nos has dado a cada uno. Dame tu luz para encontrar la riqueza que has puesto en mi vida...
- Los prejuicios oscurecen la mirada de nuestros ojos y nuestro corazón separándonos a los unos de los otros. Dame tu luz para reconocer como hermanos a los otros...

*Jaculatoria:*

**SEÑOR, ALUMBRA MI CAMINO**

#### 3.

- **Yo soy el buen pastor. El buen pastor da la vida por sus ovejas, no como el asalariado que cuando ve venir al lobo las abandona y huye. Conozco a mis ovejas y ellas me conocen a mí. Y como buen pastor yo doy la vida por mis ovejas (Jn 10, 11-12.14-15)**
- Tú conoces el mal que nos acecha y también nuestra debilidad. Protégeme y no me dejes caer en tentación...
- Tú conoces nuestro pecado. El mal instalado en nuestros corazones y también nuestra soberbia. Libérame y perdona mis pecados...
- Tú conoces nuestras dudas y dificultades para conocer y hacer lo que conviene en cada ocasión. Condúceme y sé tu mismo la Palabra que me guíe...

*Jaculatoria:*

**SEÑOR, GUÍA MIS PASOS**

Señor,  
hoy queremos escuchar tu voz,  
pero falta silencio  
a nuestro alrededor.  
Enséñanos a estar callados  
Y escuchar atentos tu voz.

Que tu Palabra  
ilumine nuestra vida.  
Que tu Palabra nos comprometa  
y nos haga vivir en tu presencia.  
Que ella sea fuerza  
para amar a los demás,  
y, así, llevarles la esperanza  
de un Reino que ya llega.

Que tu Palabra nos convierta,  
Señor,  
en hombres nuevos.



ORACIÓN  
DIÁLOGO CON CRISTO