



Tu momento del día

Te invitamos a descubrir que tu vida y tu tiempo son una oportunidad para encontrar la realización en el servicio al Señor aunque sea la noche.

Vívelo con intensidad, te puede cambiar tu vida. Déjate guiar por algunos consejos:

Recogerse...●

- 1) Elige una música que te guste y baja el volumen hasta crear una atmósfera de compañía suave. Ahora tú eres el protagonista. Si te ayudan a entrar en contacto con Dios, puedes encender la vela, coger la copa...
- 2) Goza la serenidad por unos instantes y reconoce que no estás sólo. Invita al Señor a quedarse contigo en exclusiva por este rato. Ofrécele tú lo mismo. Dile que apagas todo incluso el sueño para estar con Él.
- 3) Asume una posición cómoda y reverente, dejando que te habite el silencio. Cuando te sientas en paz, saluda al Señor con la señal de la cruz. Dios está contigo protegiéndote como **Padre...** acompañándote como **Hijo...** y dándote vida y fuerza como **Espíritu Santo**.
- 4) Goza esta presencia y **no sigas adelante hasta que te sientas satisfecho**.

Pedir... ●

**«Señor, quiero que entres en mi corazón y que lo conquistes,
de modo que no pueda actuar sino amándote en todo».**

Repite esto varias veces. Dilo con tus propias palabras, como tú prefieras hablarle al Señor.

→ **No sigas adelante hasta que te sientas satisfecho.**

Orar... ●

Lee con calma lo que viene a continuación, pero no lo hagas sólo con una inteligencia curiosa que sólo busca conocer para después desechar. Lee con todo el cuerpo, dejando que todo tu ser se empape y reaccione al impacto. Para lograrlo, quizás tengas que leer a un ritmo más pausado que el de costumbre y, al final, volver a leer de nuevo un par de veces. Te puede ayudar repetir varias veces la frase o las palabras que más te hayan llamado la atención.

→ **No sigas adelante hasta que te sientas satisfecho.**

¡ENAMÓRATE!

«Nada puede importar más que encontrar a Dios. Es decir, enamorarse de Él de una manera definitiva y absoluta. Aquello de lo que te enamoras atrapa tu imaginación y acaba por ir dejando su huella en todo. Será lo que decida qué es lo que te levanta de la cama por la mañana, qué haces con tus atardeceres, en qué empleas tus fines de semana, lo que lees, lo que conoces, lo que rompe tu corazón, y lo que te sobrecoge de alegría y gratitud. ¡Enamórate! ¡Permanece en el amor! Todo será de otra manera»



Date cuenta de lo que te pasa con la lectura y déjate llevar por lo que provoca en ti. Conversa con el Señor, contándole lo que te sucede en este momento y pidiéndole lo que desees.

➔ **No sigas adelante hasta que te sientas satisfecho.**

Despedirse... ●

Cuando te sientas contento y con la conciencia de haber compartido un buen rato con el Señor, despídete de Él con calma y gratitud.

1. Exprésale con tus palabras lo que ha significado para ti este encuentro.
2. Dile que te gustaría repetirlo más a menudo.
3. Dale gracias por la atención que te dedicó exclusivamente.
4. Haz un gesto corporal que exprese tu gratitud y despedida.
5. Reza un Padrenuestro y haz de nuevo la señal de la Cruz.

¡Eh! ¿Cómo te fue? ●

Anota en un cuaderno o agenda cómo te fue en *“tu momento de la noche”*. ¡Es importante! Concéntrate en describir lo que haya sido más significativo para ti y también lo que se te haya hecho más difícil. Trata de responder a las preguntas: *¿qué me dijo el Señor en este rato?; ¿qué le dije yo a Él? O en otras palabras, ¿cuál es el fruto con el que me quedo después de esta oración?*