



***Al terminar
este año...***

*Oración para terminar el año pidiendo a
Dios que te regale su mirada.*



Centro de Espiritualidad
Jesús-María

Realiza esta oración en un lugar tranquilo.

1. Preparación. Reconocer la presencia de Dios

Disposición: Busca un lugar cómodo y silencioso. Respira lenta y profundamente para calmarte y centrarte.

Oración Preparatoria: Pídele a Dios la gracia de realizar este recorrido con sinceridad, reconociendo Su amor y Su deseo de comunicarse contigo. Puedes usar una oración breve como: "Señor, ayúdame a ver mi año a través de tus ojos".

2. Petición de Luz

Pide al Espíritu Santo que ilumine tu memoria y tu corazón para que puedas recordar y comprender lo vivido durante el año que termina. La gracia que se busca es la de un conocimiento interno que mueva la voluntad.

3. Repaso y recuerdo agradecido (Examen)

Agradecimiento: Comienza dando gracias por los innumerables beneficios recibidos.

- Recuerda los momentos de alegría, los logros, las relaciones significativas, y la salud.*
- Agradece por todo lo hermoso y lo maravilloso, por las bendiciones grandes y pequeñas.*

Revisión de experiencias: Trae a la memoria los acontecimientos, personas, y sentimientos del año.

Identifica dónde sentiste paz, alegría, cercanía con Dios y con los demás. También, dónde experimentaste inquietud, dificultad o lejanía.

Discernimiento: Reflexiona sobre lo que te acercó a Dios y lo que te alejó de Él. ¿En qué momentos actuaste desde lo mejor de ti, tu mejor versión? ¿En cuáles el egoísmo, la apatía, la pereza, guiaron tus acciones?

4. Perdón y Reconciliación

Con sencillez y honestidad, reconoce ante Dios tus faltas, errores y el tiempo malgastado. Pide perdón por las oportunidades perdidas de amar y servir mejor. Los momentos que dejaste pasar la oportunidad de ser reflejo de la bondad de Dios con las personas que te rodean. Si es necesario, expresa el deseo de liberarte del rencor, amargura, resentimiento, hacia otros o hacia ti mismo.

5. Coloquio y propósito

Dialoga con Jesús, como un amigo habla con otro. Cuéntale lo que has descubierto, expresa tus sentimientos (gratitud, arrepentimiento, esperanza). Pídele ayuda para vivir el nuevo año con un corazón alerta y las manos abiertas. Formula un propósito concreto o un deseo para el año venidero, como buscar Su voluntad o mejorar en un área específica.

6. Oración Final

Concluye con una oración, como el Padrenuestro, o una oración de entrega, poniendo el futuro en Sus manos.



Centro de Espiritualidad
Jesús-María