

# ACOMPAÑARNOS EN INTIMIDAD Y ORACIÓN



Dice la  
**Carta de Santiago 5, 16:**

«Confesaos vuestros pecados unos a otros y rezad unos por otros para que os curéis. Mucho puede hacer la oración intensa del justo.»

En este versículo el apóstol Santiago habla del poder benéfico que tiene compartir la angustia de estar atrapado por el pecado y la intercesión mutua.

Nosotros, en estos momentos, lo podemos aplicar a otras situaciones que nos oprimen de igual modo: la enfermedad física, la angustia del alma, el fracaso y la impotencia ante la realidad, el peso de la pobreza de nuestro ser, etc.

Muchas de estas sensaciones las estamos viviendo unos y otros, en diferentes modos, en estos días.



Es importante entrar en conversaciones que nos den paz, en conversaciones íntimas donde podamos desahogarnos y retomar fuerzas para atravesar este mar tumultuoso que nos quiere tragarnos. Es importante, además de ofrecernos mensajes estandarizados, ofrecernos unos a otros la escucha y la oración personal.

Quizá este sea uno de los retos para una gran parte de los cristianos que sienten que no pueden hacer nada en esta situación.



Esta ficha de oración te invita a escuchar, acompañado de algunos versículos de salmos, el corazón de lo que está pasando y a traer a la gente que trabaja y sufre en torno al COVID-19 a tu oración, que “puede hacer mucho” más de lo que piensas.

# Esquema de oración

1. Ponte en presencia del Señor.
2. Repite por unos momentos varias veces el versículo.
3. Ahora, haz un silencio amplio y deja que se llene de los sentimientos que se están viviendo en esta situación provocada por el COVID-19.
4. Luego vuelve a repetir el fragmento del salmo varias veces dejando que seas tú, junto con los que padecen esa situación y Cristo mismo, quien lo pronuncias ante el Señor.
5. Termina leyendo el texto de **Jn 20, 19-21.**



« La paz esté con vosotros.  
Como el Padre me envió  
a mí, así os envío yo a  
vosotros ».

**A ti, Señor me acojo  
no quede yo nunca defraudado.  
Tú que eres justo, ponme a salvo,  
inclina tu oído hacia mí.**  
(Sal 31, 2-3)

**Piedad, Señor, que estoy en peligro.  
Mi vida se gasta en el dolor,  
mis huesos se consumen.**  
(Sal 31, 10)

**Y ahora, Señor, ¿qué esperanza me queda?  
Tú eres mi confianza.**  
(Sal 39, 7)

**Señor, por tu bondad, favorece a Sion,  
reconstruye las murallas de Jerusalén.**  
(Sal 51, 18).

**¿Por qué, Señor, te quedas lejos,  
y te escondes en el momento del aprieto?  
Levántate, Señor, extiende tu mano.**  
(Sal 10, 1.12)

**Señor, tú eres mi lámpara,  
Dios mío, tú alumbras las tinieblas.  
Fiado en ti me meto en la refriega.**  
(Sal 18, 28-29)

**Los que confían en el Señor  
son como el monte Sion:  
no tiembla, está asentado para siempre. El  
Señor rodea a su pueblo ahora  
y por siempre.**  
(Sal 125, 1-2)

**Que el Señor cambie nuestra suerte, como  
los torrentes del Negueb.  
Los que sembraban con lágrimas,  
cosechan entre cantares.**  
(Sal 126, 4-5).

**Espera en el Señor,  
sé valiente, ten ánimo,  
espera en el Señor.**  
(Sal 7, 14).



## Evangelio según san Juan 20, 19-21



Jesús, puesto en medio, les dijo:  
"Paz a vosotros", y les mostró las manos y el costado heridos.  
Los discípulos se regocijaron viendo al Señor vivo.  
Entonces, Jesús les dijo otra vez: "Paz a vosotros".



Quizá en estos días sea más fácil  
ver al buen samaritano,  
aquel que no parecía un hombre  
especialmente religioso y sin embargo...

**¡No dejes de dar gracias por ellos!**

