7 AMENES DE LA MADRUGADA · DÍA 1 DE 7

Primer Amén

El Padre Nuestro Completo

CÓMO REZAR ESTE AMÉN

- Horario: entre las 4 y las 7 de la mañana.
- Duración: unos 8 a 10 minutos, sin prisa.
- Reza en voz alta, despacio, frase por frase.
- Elige un lugar tranquilo, a solas, sin interrupciones.

ANTES DE EMPEZAR

Respira hondo tres veces. Guarda en silencio la petición más importante de tu corazón para estos siete días.

Mi petición: _____

LA ORACIÓN

En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Amén.

Padre nuestro, que estás en el cielo,
santificado sea tu Nombre;
venga a nosotros tu reino;

hágase tu voluntad
en la tierra como en el cielo.

Danos hoy nuestro pan de cada día;
perdona nuestras ofensas,
como también nosotros perdonamos

a los que nos ofenden;
no nos dejes caer en la tentación,
y líbranos del mal.

Porque tuyo es el reino, el poder y la gloria, ahora y siempre.

Recibo, Señor, las bendiciones que ya preparaste para mí.
Abro mi corazón a todo lo que viene de Tu amor.

Hoy ya no pido a medias — recibo por completo.
Que Tu paz habite en mí, hoy y todos los días de mi vida.

Me entrego. Confío. Recibo.

Amén.

DESPUÉS DE REZAR

Quédate unos instantes en silencio y presenta a Dios tu petición. Di el nombre, la situación, lo que te duele, sin prisa por terminar.

DECLARACIÓN DEL DÍA

“Hoy, abrí el camino.”

Mañana: Segundo Amén — La Oración del Perdón.

NO TE SALTES DÍAS. NO CAMBIES EL ORDEN. NO RECES MÁS DE UNA ORACIÓN POR DÍA.