7 AMENES DE LA MADRUGADA · DÍA 4 DE 7

Cuarto Amén

La Oración de la Libertad

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.

Importante: si lo que te ata es una dependencia química o una compulsión que ya lastimó tu vida, esta oración camina junto al tratamiento, la terapia o el grupo de apoyo; no los reemplaza.

ANTES DE EMPEZAR

Nombra, dentro de ti, lo que te ata hoy.

Hoy rompo con: _____

LA ORACIÓN

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

Señor, para ser libre, Cristo me liberó.
Y hoy elijo vivir esa libertad.

Hoy nombro delante de Ti aquello que me ata.
Esto pudo haber empezado antes de mí.
Pero, en el nombre de Jesús, puede terminar en mí.

No voy a entregar esta cadena
a quienes vienen después de mí.

Dame fuerza hoy, y fuerza cada día,
hasta que esta cadena ya no tenga poder sobre mí.

Elijo la libertad. Elijo volver a empezar.

A partir de hoy, esta cadena
ya no tiene la última palabra sobre mi vida.

Amén.

DESPUÉS DE REZAR

Di a Dios, en voz alta o en silencio, el nombre de aquello con lo que estás rompiendo hoy. Si es un patrón de la familia, pide que esa cadena se detenga aquí, contigo.

DECLARACIÓN DEL DÍA

“Esto puede terminar en mí.”

Mañana: Quinto Amén — La Oración por el Trabajo.

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