


	hoy oro por
	el/ella que...      ellos que...
	aprecio
	amo
	siento neutral
	sufro
1.	Señor, trae paz, alegría y ligereza a mi cuerpo y espíritu.
2.	Señor, mantenme libre de lesiones y déjame vivir a salvo.
3.	Señor, mantenme alejado del miedo, la ansiedad y la preocupación.
4.	Señor, enséñame a verme con tus ojos de comprensión y amor.
5.	Señor, enséñame a reconocer y tocar las semillas de la alegría en mi alma.
6.	Señor, enséñame a identificar y ver las fuentes de ira, deseo y engaño en mí mismo.
7.	Señor, enséñame a regar las semillas de alegría en mi alma hoy.
8.	Señor, ayúdame a vivir fresco, sólido y libre.
9.	Señor, mantenme libre de asimiento y asco, pero no me dejes indiferente.

### 9 Oraciones



El objetivo de orar las nueve oraciones es cultivar un espíritu de amor y compasión por todas las criaturas de Dios.

Para orar las nueve oraciones, primero lea uno de los siguientes pasajes de la Biblia:

Génesis 22:17-18  
 Isaías 55:1-9  
 Mateo 5:43-48  
 Lucas 14:15-24  
 Romanos 12:14-21  
 1 Timoteo 2:1-6  
 Apocalipsis 21:1-3, 22-27

Ahora piense en una persona que aprecia, una persona que ama, una persona de la cual no tiene sentimientos fuertes, y una persona quien causa sufrimiento cuando piensa en el o ella. Complete cada nombre en la columna 'él /ella' en la parte superior de la tarjeta.

Haga lo mismo con grupos de personas (familias, naciones, religiones, etc.) y complete la columna 'ellos'.

Ahora repite cada oración nueve veces: una vez para ti, una vez para cada persona en la columna de "él/ella, y una para cada grupo en la columna 'ellos'.

Ora la lista completa y trata de decir realmente cada oración con tu corazón.

Termine orando la oración del Señor.

(Mateo 6:9-13)