Esperar con propósito

Un devocional de Adviento

Del 29 de noviembre al 25 de diciembre de 2026



Por Lucho Llanca

Dedicatoria

A mis tres personas favoritas (Hanna, Lucho Jr. y Mariellen):

Si alguna vez han visto algo bueno en mí, quiero que sepan de dónde viene. Nació del tiempo que he decidido pasar con Dios. A través de la Escritura, el silencio, la oración y la práctica de mirar mi vida con él, Jesús ha ido formando mi manera de escuchar, de responder y de amar.

Este pequeño devocional nació de esas mismas prácticas. Quise compartirlas con ustedes porque hacerle espacio a Dios me ha cambiado, y me sigue cambiando. Espero que, a su manera y a su tiempo, descubran la alegría de estar con Jesús y lleguen a conocer cuánto los ama.

Con todo mi amor, Papá

Introducción

El Adviento es un tiempo de preparación. Una manera de prepararnos es hacer espacio en nuestro día para sentarnos con Jesús, quedarnos con unas palabras de la Escritura y escuchar lo que él quiera decirnos. A veces bastan unos minutos de silencio para reconocer dónde Dios ya ha estado presente en medio de un día cualquiera.

Mientras oras con este devocional, quiero invitarte a mirar tu vida con honestidad, en compañía del Espíritu Santo. Mira lo que llevas en este momento. ¿Por qué le puedes dar gracias a Dios? ¿Cuándo has sentido que te acerca a él? ¿Hay algo a lo que te has aferrado y que él te invita a soltar? Tómate tu tiempo con estas preguntas. Quizás alguna se quede contigo mucho después de cerrar el libro.

Al terminar cada semana, te invitaré a pasar un rato más con Jesús por medio del Examen. Puedes traer tu cuaderno y mirar con él lo que celebraste, lo que te acercó a Dios y lo que te alejó. Al pensar en la semana que viene, pídele que te muestre algo que puedas hacer de otra manera y que te dé la gracia para hacerlo.

A medida que se acerca la Navidad, presta atención a lo que Dios está trayendo a tu vida. Tal vez te esté dando el valor para tener una conversación que llevas tiempo posponiendo, la libertad para pedir ayuda o la paz para estar con algo que todavía no se resuelve. Sea lo que sea que descubras, le pido a Dios que te ayude a conocer un poco más a fondo algo que ya es verdad: eres su hijo amado, su hija amada, y hoy puedes empezar a vivir con más libertad desde ese amor.

Cómo orar con este devocional

Busca cada día un momento tranquilo. Empieza con dos minutos de silencio. Lee el Evangelio despacio y fíjate en qué palabra o frase se queda contigo. Luego lee la reflexión como si estuvieras sentado con Jesús, con tiempo para conversar con él con honestidad. No tienes que hacer una oración perfecta. Trae tu vida tal como es, tus preguntas y tu corazón. Mi deseo es que, en medio de tu vida de todos los días, reconozcas a Jesús, que ya está cerca. Tómate tu tiempo. Escucha. Déjalo encontrarte donde estás.

El camino de Adviento

Del 29 de noviembre al 24 de diciembre de 2026, con una meditación de Navidad el 25 de diciembre. Después de orar con la pregunta del día, dedica un momento a escribir lo que surgió en la oración. Luego lee despacio la cita de cierre y llévate una frase para el resto del día.

El Examen semanal

El Examen semanal de este devocional es mi adaptación personal de la oración que forma parte de la tradición de san Ignacio de Loyola y sus Ejercicios espirituales. A lo largo de los años la he hecho parte de mi vida con Dios. Esta es la versión que he ido orando y adaptando en el camino.

Texto original © 2026 Lucho Llanca. Todos los derechos reservados.

Las citas bíblicas de cierre son traducciones al español de los pasajes de la Berean Standard Bible (BSB), una traducción de dominio público.

Día 1 · Esperar con los ojos abiertos

29 de noviembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Marcos 13:33–37

Reflexión

Jesús habla de un portero que se mantiene alerta mientras su señor está fuera. Cada persona de la casa tiene algo que cuidar. Tú también puedes esperar al Señor en medio de una responsabilidad de todos los días. Piensa en la primera persona que vas a ver hoy y hazle espacio para escucharla sin apuro. Esto es lo que voy aprendiendo sobre la espera: esperar es elegir estar presente. Antes de entrar en las exigencias del día, pregúntate si reconocerás a Jesús en la persona que tienes delante.

Pregunta para orar

¿En qué momento de mi rutina puedo estar hoy más disponible para Dios?

Oración

Jesús, despierta mi corazón. Que no pase de largo cuando vengas a mi encuentro.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Espero al Señor, con toda mi alma espero, y en su palabra pongo mi esperanza. Mi alma espera al Señor más que los centinelas a la mañana, más que los centinelas a la mañana.*

Salmo 130:5–6

Día 2 · Dejar las redes

30 de noviembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 4:18–22

Reflexión

Jesús llama a Andrés y a sus compañeros mientras trabajan a orillas del lago. Sabe cómo se ganan la vida, y allí mismo los invita a seguirlo. Imagina el instante en que Andrés suelta la red. Quizás tu primer paso también sea abrir la mano. Me pregunto cuántas veces le pedimos a Dios que nos guíe mientras seguimos con las manos bien cerradas. Por lo general, seguir a Jesús empieza en medio de la vida tal como es. ¿Qué sería abrir las manos hoy?

Pregunta para orar

¿A qué me aferro que me impide responder con libertad?

Oración

Jesús, ayúdame a escuchar tu voz en mi trabajo y a confiarte lo que me cuesta soltar.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Hermanos, no considero haberlo alcanzado todavía. Pero hago una cosa: olvido lo que queda atrás y me esfuerzo por alcanzar lo que tengo delante. Corro hacia la meta, hacia el premio del llamado celestial de Dios en Cristo Jesús.*

Filipenses 3:13–14

Día 3 · La alegría de los pequeños

1 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 10:21–24

Reflexión

Jesús se alegra en el Espíritu porque el Padre se da a conocer a los pequeños. Tómate un momento para contemplar su alegría. Puedes acercarte a Dios con lo que sabes y con lo que todavía no entiendes. Una oración sencilla puede abrirte el corazón para recibir lo que no puedes ganarte a fuerza de esfuerzo. Me encanta que Jesús se alegre por quienes no tienen todo resuelto. Podemos gastar tanta energía intentando tener la respuesta correcta. ¿Y si hoy te acercaras al Padre tal como eres, con el corazón dispuesto a recibir?

Pregunta para orar

¿Qué podría recibir hoy si me acercara al Padre con la confianza de un niño?

Oración

Padre, dame un corazón sencillo que pueda recibir tu amor y alegrarse en él.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Señor, mi corazón no es orgulloso ni mi mirada arrogante. No aspiro a grandezas ni a cosas que me quedan demasiado altas. He serenado y aquietado mi alma. Como un niño ya destetado junto a su madre, así está mi alma dentro de mí.*

Salmo 131:1–2

Día 4 · El pan que compartimos

2 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 15:29–37

Reflexión

Jesús ve que la gente lleva varios días con él y se compadece de su hambre. Les pregunta a los discípulos cuánto pan tienen. Piensa en lo que puedes ofrecer hoy: tu tiempo, un lugar en tu mesa, tu atención. Cristo puede cuidar a alguien con lo que tú ya tienes. A veces pensamos que servir a Dios exige algo extraordinario. Jesús empieza con lo que tiene a mano. Una comida. Un rato. La disposición de fijarnos en alguien. ¿Quién podría experimentar el cuidado de Dios por medio de lo que ya tienes?

Pregunta para orar

¿Quién necesita hoy algo que yo pueda compartir?

Oración

Señor, hazme atento al hambre de los demás y generoso con lo que has puesto en mis manos.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *… y si te entregas al hambriento y sacias al afligido, tu luz brillará en la oscuridad y tu noche será como el mediodía. El Señor te guiará siempre, te saciará en tierra reseca por el sol y te dará fuerzas. Serás como un jardín bien regado, como un manantial cuyas aguas nunca se agotan.*

Isaías 58:10–11

Día 5 · Construir sobre roca

3 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 7:21, 24–27

Reflexión

En la parábola, la misma tormenta golpea las dos casas. Jesús nos hace mirar lo que ocurre antes de la lluvia, cuando alguien escucha su palabra y la pone en práctica. Elige una enseñanza suya que ya conozcas y piensa en una manera concreta de vivirla hoy. La fe también se hace visible en cómo tratamos a la gente, cómo respondemos bajo presión y qué hacemos cuando nadie nos ve. ¿Dónde te invita Jesús a vivir algo que ya sabes?

Pregunta para orar

¿Qué palabra de Jesús puedo poner en práctica antes de que termine el día?

Oración

Jesús, que lo que escucho de ti se convierta en paciencia, verdad y misericordia al tomar mis decisiones.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Pongan en práctica la palabra. Si se limitan a escucharla, se engañan a sí mismos. Quien oye la palabra y no la practica se parece a alguien que se mira la cara en un espejo y, en cuanto se va, olvida cómo es. Pero quien mira con atención la ley perfecta de la libertad y persevera en ella, llevándola a la práctica sin olvidar lo que escuchó, será bendecido en lo que haga.*

Santiago 1:22–25

Día 6 · Una petición sincera

4 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 9:27–31

Reflexión

Dos ciegos siguen a Jesús y le piden misericordia. Él les pregunta si creen que puede ayudarlos. Haz tuya su oración y dile con sinceridad qué quisieras ver. Dale espacio para iluminar algo que todavía se te escapa. Una de las oraciones más sinceras que podemos hacer es «Jesús, necesito que me ayudes a ver». He aprendido que podemos estar rodeados de la presencia de Dios y aun así pasarla por alto. ¿Hay alguna persona o situación que necesites mirar con ojos nuevos?

Pregunta para orar

¿Qué situación quiero aprender a ver con los ojos de Jesús?

Oración

Hijo de David, ten misericordia de mí. Abre mis ojos a tu presencia y a las necesidades de quienes me rodean.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Trata con bondad a tu siervo para que viva y guarde tu palabra. Abre mis ojos para que vea las maravillas de tu ley. Soy un forastero en la tierra. No me ocultes tus mandamientos.*

Salmo 119:17–19

Día 7 · Mirar con compasión

5 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 9:35–10:1, 5a, 6–8

Reflexión

Antes de enviar a los discípulos, Jesús mira a la gente cansada y se conmueve. Su manera de enviarlos nace de cómo mira a la gente. Piensa en alguien cuyo cansancio haya puesto a prueba tu paciencia y pídele al Señor que te muestre qué lleva esa persona encima. A mí me importa el orden: Jesús mira a la gente antes de enviar a alguien a servirla. Podemos estar tan ocupados tratando de ayudar que dejamos de ver a las personas. ¿La historia de quién necesitas detenerte a escuchar hoy?

Pregunta para orar

¿A quién puedo acercarme hoy con la compasión que Jesús mostró a la multitud?

Oración

Jesús, enséñame a detenerme, a mirar con ternura y a servir con la misma generosidad con que me sirves.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Como elegidos de Dios, santos y amados, revístanse de compasión, bondad, humildad, mansedumbre y paciencia. Sopórtense unos a otros y perdonen las quejas que tengan entre ustedes. Perdonen como el Señor los perdonó. Por encima de todo, revístanse de amor, que es el vínculo de la unidad perfecta.*

Colosenses 3:12–14

Examen de la semana 1

29 de noviembre al 5 de diciembre

Aprender a reconocer a Dios

Al terminar esta semana, te invito a pasar un poco más de tiempo con Jesús. La oración del Examen, arraigada en la tradición espiritual de san Ignacio de Loyola, se ha convertido en una de las prácticas más importantes de mi vida con Dios. Me ayuda a reconocer su presencia constante, tanto en la alegría como en la dificultad, y a notar dónde necesito cambiar. Este es un momento para conversar con sinceridad con el Dios que te ama. Trae tu cuaderno, tómate tu tiempo y deja que el Espíritu Santo te guíe.

1. Haz silencio e invita a Dios

Busca un lugar tranquilo. Tómate un momento para serenarte y reconocer la presencia de Dios. Invita al Padre, a Jesús y al Espíritu Santo a acompañarte en este rato de reflexión. Puedes orar con estas palabras: «Señor, ayúdame a mirar esta semana con tus ojos».

2. Recuerda y celebra

Mira la semana que terminó. ¿Qué puedes celebrar? Piensa en los momentos de alegría, los regalos que recibiste, las conversaciones que te hicieron bien, las pequeñas victorias y las gracias inesperadas. Incluye también lo que parece pequeño. Escríbelo en tu cuaderno y dale gracias a Dios.

3. Reconoce lo que te alejó de Dios

Con la ayuda del Espíritu Santo, mira lo que hiciste, dijiste o pensaste que pareció alejarte de Dios. ¿Cuándo reaccionaste desde el miedo, la impaciencia, el orgullo o la distracción? Sé concreto y trátate con ternura. Lleva lo que descubras a la misericordia de Dios.

4. Reconoce lo que te acercó a Dios

Ahora mira lo que hiciste, dijiste o pensaste que te ayudó a acercarte a Dios. ¿Cuándo actuaste con amor, valor, humildad, generosidad o confianza? ¿Dónde sentiste su presencia, incluso en un momento difícil? Anota lo que veas.

5. Mira hacia la próxima semana

Al recordar lo que celebraste y los momentos que te acercaron o te alejaron de Dios, pregúntate: ¿qué quiero hacer de otra manera esta semana? Elige una intención concreta. Pídele a Jesús la gracia de vivirla, un día a la vez.

Oración de cierre

Jesús, me abandono en ti. Ocúpate tú de todo. Amén. Quédate un momento en silencio antes de volver a lo que estabas haciendo.

Día 8 · Preparar el camino

6 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Marcos 1:1–8

Reflexión

Juan alza la voz en el desierto y señala al que viene después de él. La gente sale a su encuentro y reconoce sus pecados. Preparar el camino puede empezar por admitir en silencio lo que necesita cambiar y dejar que la misericordia de Dios llegue a esa parte de tu vida. Prepararnos para Jesús es abrir espacio para la verdad y la misericordia. ¿Hay algo que has estado evitando y que puedes traer con honestidad ante Dios?

Pregunta para orar

¿Qué hábito o resentimiento se interpone en mi encuentro con el Señor?

Oración

Jesús, entra en esa parte de mi vida que he descuidado. Dame humildad para reconocerla y valor para dar el primer paso.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Les daré un corazón nuevo y pondré en ustedes un espíritu nuevo. Les quitaré el corazón de piedra y les daré un corazón de carne. Pondré mi Espíritu en ustedes y haré que sigan mis preceptos y cumplan con cuidado mis leyes.*

Ezequiel 36:26–27

Día 9 · Dejar que otros te lleven

7 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 5:17–26

Reflexión

Unos hombres abren un hueco en el techo para poner a su amigo delante de Jesús. El Evangelio se detiene en la fe que Jesús ve en ellos. Recuerda a quienes te acercaron a Dios cuando apenas tenías fuerzas. Dale gracias por cada uno, por su nombre. Pienso en cuánto de nuestra fe se sostiene gracias a otros. Hay temporadas en las que necesitamos la fuerza, las oraciones y la amistad de alguien más. ¿Puedes recibir ese regalo sin sentir que siempre tienes que ser tú quien se mantiene fuerte?

Pregunta para orar

¿A quién puedo pedir ayuda hoy o acompañar al encuentro con Jesús?

Oración

Señor, gracias por quienes me han sostenido. Dame humildad para aceptar ayuda y un corazón de amigo para ofrecerla.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Hermanos, si alguien cae en una falta, quienes viven según el Espíritu ayúdenlo a levantarse con mansedumbre. Cuídense también ustedes, porque podrían caer en tentación. Lleven las cargas unos de otros, y así cumplirán la ley de Cristo.*

Gálatas 6:1–2

Día 10 · Recibir la gracia

8 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 1:26–38

Reflexión

En la Anunciación, Dios toma la iniciativa. Antes de que María pueda contestar, el ángel la saluda como alguien que ya ha recibido el favor de Dios. Fíjate en su libertad para escuchar, preguntar y responder. Recuerda algo bueno que Dios hizo en ti antes de que supieras reconocerlo. La respuesta de María me recuerda que en la fe hay espacio para las preguntas. Ella escucha, se pregunta y luego responde. Puedes reconocer la gracia que Dios te ofrece hoy aunque todavía no entiendas cada detalle del camino.

Pregunta para orar

¿Qué gracia que ya he recibido me ayuda a responder hoy con más libertad?

Oración

Padre, gracias por tomar la iniciativa. Que tu gracia encuentre en mí la misma apertura que vemos en María.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Por gracia han sido salvados mediante la fe. Esto no viene de ustedes, es don de Dios. No es fruto de las obras, para que nadie se gloríe. Somos obra de Dios, creados en Cristo Jesús para realizar las buenas obras que él preparó de antemano para que fueran nuestro modo de vivir.*

Efesios 2:8–10

Día 11 · Descansar con Jesús

9 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 11:28–30

Reflexión

Jesús invita a los cansados a acercarse a él y a aprender de su corazón manso y humilde. Ponle nombre en oración a la carga que más te pesa hoy. Imagina cómo la llevarías si caminaras conscientemente a su lado y aceptaras el ritmo que él te propone. Muchas veces nos damos permiso de descansar solo cuando terminamos todo. Jesús te dice «Ven», aun con todo lo que tienes pendiente. ¿Qué significaría aceptar su invitación antes de resolver todos los problemas?

Pregunta para orar

¿Qué carga necesito nombrar delante de Jesús tal como la estoy viviendo?

Oración

Jesús, recibe mi cansancio. Enséñame a caminar contigo y a aceptar el descanso que me das.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Descansa en Dios solamente, alma mía, porque de él viene mi esperanza. Solo él es mi roca y mi salvación, mi refugio. No seré sacudido.*

Salmo 62:5–6

Día 12 · Oídos para escuchar

10 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 11:11–15

Reflexión

Jesús habla de Juan con admiración e invita a quienes lo oyen a prestar atención. Juan señaló una venida que muchos podían pasar por alto. Recuerda algo verdadero que alguien te dijo hace poco. Quizás Dios esté usando esa voz para abrirte el corazón. Escuchar requiere humildad y disposición para dejarnos cambiar. Tal vez hoy Dios te hable por medio de un pasaje de la Escritura, de un amigo o de una interrupción inesperada. ¿Estarás disponible?

Pregunta para orar

¿Qué palabras me costó escuchar y vale la pena volver a mirar en oración?

Oración

Señor, afina mi oído para reconocer tu voz y dame libertad para aceptar una corrección.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *«Ve y acuéstate», le dijo Elí a Samuel. «Si te llama, dile: "Habla, Señor, que tu siervo escucha"». Samuel volvió a acostarse en su lugar. Entonces el Señor vino, se quedó allí y lo llamó como antes: «¡Samuel! ¡Samuel!». Samuel respondió: «Habla, que tu siervo escucha».*

1 Samuel 3:9–10

Día 13 · Reconocer la sabiduría

11 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 11:16–19

Reflexión

Critican a Juan por su austeridad y a Jesús por sentarse a la mesa con otros. Es fácil decidir de antemano cómo debería ser alguien enviado por Dios. Pídele al Señor que te muestre el bien que quizás esté creciendo de una manera que no esperabas. Tengo que recordarme que Dios no siempre actúa como yo espero. A veces mis ideas preconcebidas me impiden reconocer la gracia. ¿Hay alguna persona o situación de la que ya decidiste que no puedes aprender nada?

Pregunta para orar

¿A quién he juzgado demasiado rápido? ¿Qué fruto podría reconocer en su vida?

Oración

Jesús, líbrame de juzgar a la ligera y enséñame a reconocer los frutos de tu sabiduría.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *La sabiduría que viene de lo alto es ante todo pura, después pacífica, amable, dispuesta a ceder, llena de misericordia y buenos frutos, imparcial y sincera. Quienes trabajan por la paz siembran en paz y cosechan el fruto de la justicia.*

Santiago 3:17–18

Día 14 · Una presencia que compartimos

12 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 1:39–47 Lectura alternativa del Evangelio: Lucas 1:26–38.

Reflexión

En el Evangelio, María va al encuentro de Isabel. Lleva a Jesús consigo y la casa se llena de alegría. Piensa en alguien a quien le haría bien tu compañía. Una visita, una llamada o un rato para escuchar pueden ser tu manera de acercarle hoy la presencia de Cristo. Estar presentes es uno de los regalos más grandes que podemos ofrecer. A veces basta con estar ahí, con cariño y atención. ¿Quién necesita hoy que estés presente de esa manera?

Pregunta para orar

¿A quién puedo visitar o llamar hoy con la misma disposición de María para servir?

Oración

Señor, que mi presencia lleve consuelo. Ayúdame a acercarme a los demás con la ternura que vemos en María.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Que el amor sea sincero. Detesten el mal y aférrense al bien. Ámense con cariño fraterno y procuren honrarse unos a otros. No pierdan el entusiasmo. Conserven el fervor del espíritu y sirvan al Señor. Alégrense en la esperanza, sean pacientes en la dificultad y perseveren en la oración. Compartan con los creyentes necesitados y practiquen la hospitalidad.*

Romanos 12:9–13

Examen de la semana 2

6 al 12 de diciembre

Hacerle espacio a Dios

Al terminar esta semana, te invito a pasar un poco más de tiempo con Jesús. La oración del Examen, arraigada en la tradición espiritual de san Ignacio de Loyola, se ha convertido en una de las prácticas más importantes de mi vida con Dios. Me ayuda a reconocer su presencia constante, tanto en la alegría como en la dificultad, y a notar dónde necesito cambiar. Este es un momento para conversar con sinceridad con el Dios que te ama. Trae tu cuaderno, tómate tu tiempo y deja que el Espíritu Santo te guíe.

1. Haz silencio e invita a Dios

Busca un lugar tranquilo. Tómate un momento para serenarte y reconocer la presencia de Dios. Invita al Padre, a Jesús y al Espíritu Santo a acompañarte en este rato de reflexión. Puedes orar con estas palabras: «Señor, ayúdame a mirar esta semana con tus ojos».

2. Recuerda y celebra

Mira la semana que terminó. ¿Qué puedes celebrar? Piensa en los momentos de alegría, los regalos que recibiste, las conversaciones que te hicieron bien, las pequeñas victorias y las gracias inesperadas. Incluye también lo que parece pequeño. Escríbelo en tu cuaderno y dale gracias a Dios.

3. Reconoce lo que te alejó de Dios

Con la ayuda del Espíritu Santo, mira lo que hiciste, dijiste o pensaste que pareció alejarte de Dios. ¿Cuándo reaccionaste desde el miedo, la impaciencia, el orgullo o la distracción? Sé concreto y trátate con ternura. Lleva lo que descubras a la misericordia de Dios.

4. Reconoce lo que te acercó a Dios

Ahora mira lo que hiciste, dijiste o pensaste que te ayudó a acercarte a Dios. ¿Cuándo actuaste con amor, valor, humildad, generosidad o confianza? ¿Dónde sentiste su presencia, incluso en un momento difícil? Anota lo que veas.

5. Mira hacia la próxima semana

Al recordar lo que celebraste y los momentos que te acercaron o te alejaron de Dios, pregúntate: ¿qué quiero hacer de otra manera esta semana? Elige una intención concreta. Pídele a Jesús la gracia de vivirla, un día a la vez.

Oración de cierre

Jesús, me abandono en ti. Ocúpate tú de todo. Amén. Quédate un momento en silencio antes de volver a lo que estabas haciendo.

Día 15 · Dar testimonio de la luz

13 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Juan 1:6–8, 19–28

Reflexión

En este domingo de alegría, Juan sabe quién es y dirige la mirada hacia Cristo. Hay libertad en hacer el bien y dejar que la gratitud vaya a Dios. Recuerda a alguien que, discretamente, te ayudó a descubrir la luz de Jesús. Juan sabía que su lugar era señalar la luz. Esa humildad da libertad. También nosotros podemos señalarla. ¿Cómo podría tu vida ayudar a alguien a reconocer a Jesús?

Pregunta para orar

¿Qué puedo hacer hoy para ayudar a alguien a reconocer la bondad de Dios?

Oración

Jesús, gracias por quienes me han señalado tu luz. Que mis palabras y mis acciones también acerquen a otros a ti.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *No nos anunciamos a nosotros mismos. Anunciamos a Jesucristo como Señor, y a nosotros como servidores de ustedes por amor a Jesús. Dios, que dijo «Que brille la luz en medio de las tinieblas», hizo brillar su luz en nuestros corazones para iluminarnos con el conocimiento de su gloria en el rostro de Jesucristo. Llevamos este tesoro en vasijas de barro, para que se vea que este poder extraordinario viene de Dios.*

2 Corintios 4:5–7

Día 16 · La libertad de responder

14 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 21:23–27

Reflexión

Antes de responder a la pregunta de Jesús sobre Juan, quienes lo escuchan calculan cómo va a reaccionar la gente. A nosotros también nos puede preocupar tanto la impresión que causamos que perdemos de vista lo que creemos. Lleva a la oración una conversación en la que necesitas hablar con honestidad. Es fácil darle más peso a cómo nos van a percibir que a lo que es verdad. Jesús nos invita a hablar con libertad y sinceridad. ¿Hay alguna conversación en la que necesitas hablar con valor y con cariño?

Pregunta para orar

¿Qué verdad me da miedo expresar por cómo podría ser recibida?

Oración

Señor, dame claridad para reconocer la verdad y caridad para decirla sin tener que defender mi imagen.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Al decir la verdad con amor, creceremos en todo hacia Cristo, que es la cabeza. De él recibe su cohesión todo el cuerpo. Unido y sostenido por cada ligamento, crece y se edifica en el amor con la ayuda de cada una de sus partes.*

Efesios 4:15–16

Día 17 · Todavía puedo responder

15 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 21:28–32

Reflexión

En la parábola, un hijo se niega a trabajar en la viña y después cambia de parecer. El Padre sigue invitándote allí donde ayer te resististe. Quizás hoy puedas retomar una conversación pendiente o cumplir un compromiso que dejaste atrás. Me da esperanza saber que nuestra primera respuesta puede cambiar. Podemos cambiar de rumbo. Podemos volver. La gracia nos da espacio para empezar de nuevo. ¿Qué pequeño paso de obediencia puedes dar hoy?

Pregunta para orar

¿Qué primer paso haría visible hoy un cambio de corazón?

Oración

Padre, gracias porque sigues llamándome. Dame humildad para volver y decisión para responder con mis acciones.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Busquen al Señor mientras se deje encontrar. Llámenlo mientras esté cerca. Que el malvado abandone su camino y el injusto sus pensamientos. Que vuelva al Señor, que tendrá compasión de él, a nuestro Dios, que perdona con generosidad.*

Isaías 55:6–7

Día 18 · Señales que sostienen la esperanza

16 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 7:18b–23

Reflexión

Los mensajeros de Juan le preguntan a Jesús si él es el que ha de venir. Jesús les dice que cuenten lo que han visto y oído, entre otras cosas, que la buena noticia llega a los pobres. Mientras tu propia pregunta sigue abierta, recuerda un gesto concreto de misericordia que hayas visto esta semana. Hasta Juan le lleva sus preguntas a Jesús. Eso me anima mucho. La duda puede ser parte de una conversación sincera con Dios. ¿Qué señales de su misericordia puedes recordar hoy?

Pregunta para orar

¿Por qué señal de lo que Jesús está haciendo puedo dar gracias mientras espero una respuesta?

Oración

Jesús, recibe mis preguntas y abre mis ojos a las señales de tu Reino que ya están a mi alcance.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Todo lo que se escribió en el pasado se escribió para enseñarnos, para que por la perseverancia y el aliento de las Escrituras tengamos esperanza. Que el Dios que da perseverancia y aliento les conceda vivir en armonía unos con otros, según Cristo Jesús, para que con un mismo sentir y una sola voz glorifiquen al Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo.*

Romanos 15:4–6

Día 19 · Dios entra en una historia

17 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 1:1–17

Reflexión

Mateo comienza con una larga lista de nombres. En la historia a la que llega Jesús hay exilios, temporadas de espera y personas que podríamos haber pasado por alto. Lleva a la oración el nombre de alguien de tu familia y piensa en lo que Dios pudo haber sembrado por medio de su vida. Dios quiso entrar en una historia familiar llena de personas imperfectas y capítulos complicados. Eso me dice que él también puede entrar en la nuestra. ¿Qué nombre o recuerdo quisieras poner hoy delante de él?

Pregunta para orar

¿Qué parte de mi historia familiar quiero poner hoy en manos de Jesús?

Oración

Señor, recibe toda mi historia y ayúdame a reconocer tu fidelidad de generación en generación.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Los días del ser humano son como la hierba. Florece como una flor del campo, pero pasa el viento, desaparece y su lugar ya no la recuerda. El amor fiel del Señor, en cambio, es eterno para quienes lo reverencian. Su justicia alcanza a los hijos de sus hijos, a los que guardan su alianza y recuerdan cumplir sus preceptos.*

Salmo 103:15–18

Día 20 · La justicia de José

18 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Mateo 1:18–25

Reflexión

José decide actuar sin exponer a María a la vergüenza pública y deja que Dios le muestre otro camino. Su confianza se hace visible cuando la recibe en su casa. Piensa en una decisión difícil en la que puedas cuidar la dignidad de alguien y mantenerte abierto a lo que Dios quiera mostrarte. José me enseña que hacer lo correcto jamás justifica humillar a nadie. Él cuida la dignidad de María mientras permanece abierto a Dios. ¿Cómo puedes elegir la verdad y la ternura en una decisión que tienes por delante?

Pregunta para orar

¿La dignidad de quién debo cuidar especialmente en una decisión que estoy tomando?

Oración

Señor, dame la justicia compasiva de José y el valor de actuar cuando entienda lo que me pides.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Que nunca te abandonen el amor leal ni la fidelidad. Átalos a tu cuello y escríbelos en la tabla de tu corazón. Así hallarás favor y estima ante Dios y ante la gente. Confía en el Señor con todo tu corazón y no te apoyes en tu propio entendimiento. Reconócelo en todos tus caminos y él enderezará tus senderos.*

Proverbios 3:3–6

Día 21 · Cuando la espera se alarga

19 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 1:5–25

Reflexión

Zacarías recibe una promesa en medio del servicio que lleva años haciendo. Su primera reacción muestra cuánto puede pesar una espera larga. Dile al Señor qué deseo te cuesta volver a nombrar. Deja que el silencio les dé espacio para cargarlo juntos. Esperar puede agotar cuando llevamos años haciendo la misma oración. En la historia de Zacarías hay lugar para ese cansancio. Puedes traerle a Dios tu decepción. ¿Puedes quedarte con él, con toda honestidad, mientras la respuesta sigue pendiente?

Pregunta para orar

¿Qué deseo de hace tiempo me atrevo a traer otra vez ante Dios hoy?

Oración

Padre, tú sabes lo que llevo esperando. Sostén mi confianza y quédate conmigo en lo que todavía no se resuelve.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Por el amor fiel del Señor no hemos sido consumidos, porque su misericordia nunca se acaba. Se renueva cada mañana. ¡Grande es tu fidelidad! «El Señor es mi porción», dice mi alma, «por eso pongo en él mi esperanza». Bueno es el Señor con quienes esperan en él, con el alma que lo busca. Es bueno esperar en silencio la salvación del Señor.*

Lamentaciones 3:22–26

Examen de la semana 3

13 al 19 de diciembre

Recordar la fidelidad de Dios

Al terminar esta semana, te invito a pasar un poco más de tiempo con Jesús. La oración del Examen, arraigada en la tradición espiritual de san Ignacio de Loyola, se ha convertido en una de las prácticas más importantes de mi vida con Dios. Me ayuda a reconocer su presencia constante, tanto en la alegría como en la dificultad, y a notar dónde necesito cambiar. Este es un momento para conversar con sinceridad con el Dios que te ama. Trae tu cuaderno, tómate tu tiempo y deja que el Espíritu Santo te guíe.

1. Haz silencio e invita a Dios

Busca un lugar tranquilo. Tómate un momento para serenarte y reconocer la presencia de Dios. Invita al Padre, a Jesús y al Espíritu Santo a acompañarte en este rato de reflexión. Puedes orar con estas palabras: «Señor, ayúdame a mirar esta semana con tus ojos».

2. Recuerda y celebra

Mira la semana que terminó. ¿Qué puedes celebrar? Piensa en los momentos de alegría, los regalos que recibiste, las conversaciones que te hicieron bien, las pequeñas victorias y las gracias inesperadas. Incluye también lo que parece pequeño. Escríbelo en tu cuaderno y dale gracias a Dios.

3. Reconoce lo que te alejó de Dios

Con la ayuda del Espíritu Santo, mira lo que hiciste, dijiste o pensaste que pareció alejarte de Dios. ¿Cuándo reaccionaste desde el miedo, la impaciencia, el orgullo o la distracción? Sé concreto y trátate con ternura. Lleva lo que descubras a la misericordia de Dios.

4. Reconoce lo que te acercó a Dios

Ahora mira lo que hiciste, dijiste o pensaste que te ayudó a acercarte a Dios. ¿Cuándo actuaste con amor, valor, humildad, generosidad o confianza? ¿Dónde sentiste su presencia, incluso en un momento difícil? Anota lo que veas.

5. Mira hacia la próxima semana

Al recordar lo que celebraste y los momentos que te acercaron o te alejaron de Dios, pregúntate: ¿qué quiero hacer de otra manera esta semana? Elige una intención concreta. Pídele a Jesús la gracia de vivirla, un día a la vez.

Oración de cierre

Jesús, me abandono en ti. Ocúpate tú de todo. Amén. Quédate un momento en silencio antes de volver a lo que estabas haciendo.

Día 22 · Decir que sí

20 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 1:26–38

Reflexión

María pregunta cómo se cumplirá el anuncio del ángel y pone su vida a disposición de Dios. Puedes orar con su respuesta aunque todavía te cueste imaginar el futuro. Busca un pequeño sí, uno que quepa en este día y puedas dar en libertad. El sí de María fue un acto de confianza en quien caminaría con ella. Quizás hoy Dios solo te esté invitando a dar un sí pequeño y fiel.

Pregunta para orar

¿Qué sí concreto puedo darle hoy al Señor?

Oración

Espíritu Santo, dame libertad para preguntar con sinceridad y confianza para responder cuando reconozca tu invitación.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Hermanos, por la misericordia de Dios les ruego que ofrezcan sus cuerpos como sacrificio vivo, santo y agradable a Dios. Este es su culto espiritual. No se amolden a este mundo. Déjense transformar por la renovación de su mente, para que puedan discernir y aprobar la voluntad de Dios, que es buena, agradable y perfecta.*

Romanos 12:1–2

Día 23 · Reconocer a Dios en el otro

21 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 1:39–45

Reflexión

Isabel bendice a María y reconoce lo que Dios está haciendo en ella. Al oír su saludo, la alegría se hace visible en la casa. Piensa en alguien cuya fe o generosidad tal vez nunca has reconocido en voz alta. Tus palabras de bendición pueden hacerle bien. Isabel reconoce la obra de Dios en María y se lo dice. Me pregunto cuántas personas cerca de nosotros necesitan que alguien les diga qué gracia ve en ellas. ¿A quién podrías animar hoy con una palabra sincera y concreta?

Pregunta para orar

¿A quién puedo decirle hoy qué don de Dios reconozco en su vida?

Oración

Señor, enséñame a alegrarme por el bien que haces en los demás y a reconocerlo con gratitud.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Dios no nos destinó a sufrir la ira, sino a recibir la salvación por medio de nuestro Señor Jesucristo. Él murió por nosotros para que, despiertos o dormidos, vivamos con él. Por eso, anímense y edifíquense unos a otros, como ya lo hacen.*

1 Tesalonicenses 5:9–11

Día 24 · Recordar con gratitud

22 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 1:46–56

Reflexión

María canta lo que Dios hizo por ella y recuerda su fidelidad a su pueblo. Su canto también celebra al Dios que levanta a los humildes y sacia a los hambrientos. Deja que un recuerdo agradecido te acerque hoy a alguien que necesita esa misma misericordia. Recordar es una práctica espiritual. Cuando miro hacia atrás y reconozco la fidelidad de Dios, cambia mi manera de ver el presente. Tómate tu tiempo hoy. ¿Qué momento de misericordia no quieres olvidar?

Pregunta para orar

¿Qué misericordia he recibido que puedo compartir hoy?

Oración

Padre, ayúdame a recordar tu bondad y a compartirla con quienes tienen menos.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Bendice, alma mía, al Señor, y que todo mi ser bendiga su santo nombre. Bendice, alma mía, al Señor y no olvides sus bondades. Él perdona todas tus faltas y sana todas tus enfermedades. Rescata tu vida de la fosa y te corona de amor fiel y compasión. Te colma de bienes para que tu juventud se renueve como la del águila.*

Salmo 103:1–5

Día 25 · Llamarlo por su nombre

23 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 1:57–66

Reflexión

La familia espera un nombre conocido, pero Isabel y Zacarías insisten en que el niño se llamará Juan. Después de un tiempo de silencio, Zacarías recupera la voz y bendice a Dios. Pídele al Señor que te muestre si alguna expectativa de siempre te impide ver un comienzo nuevo. Lo nuevo que Dios empieza no siempre cabe en los nombres ni en las expectativas que ya teníamos. Se necesita humildad para dejar que Dios nos sorprenda. ¿En qué parte de tu vida necesitas soltar un poco lo conocido?

Pregunta para orar

¿Qué expectativa puedo soltar para acoger algo nuevo de Dios?

Oración

Señor, dame oídos para escuchar lo nuevo y una voz que sepa bendecirlo.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *No traigan a la memoria lo pasado ni se queden pensando en lo antiguo. Voy a hacer algo nuevo. Ya está brotando, ¿no lo ven? Abriré un camino en el desierto y haré correr ríos por la tierra seca.*

Isaías 43:18–19

Día 26 · Una luz para nuestros pasos

24 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Lucas 1:67–79

Reflexión

Zacarías bendice a Dios y describe su misericordia como una luz que visita a quienes están en tinieblas y guía sus pasos por el camino de la paz. Al terminar el Adviento, mira dónde te cuesta dar el próximo paso. Puedes pedir la luz que necesitas para darlo hoy. En Nochebuena quizá todavía tengamos preguntas, pendientes y personas a quienes extrañamos. Y aun ahí se acerca la misericordia de Dios. Esta noche puedes pedirle luz para el próximo paso.

Pregunta para orar

¿Qué gesto concreto de paz puedo ofrecer antes de celebrar esta noche?

Oración

Ven, Señor Jesús. Ilumina lo que sigue en sombra y guía mis pasos hacia la paz.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *El pueblo que caminaba en tinieblas vio una gran luz. Sobre quienes vivían en tierra de sombra de muerte amaneció una luz. … Porque nos ha nacido un niño, se nos ha dado un hijo. Sobre sus hombros descansará el gobierno. Y lo llamarán Consejero Admirable, Dios Fuerte, Padre Eterno, Príncipe de Paz.*

Isaías 9:2, 6

Examen de la semana 4

20 al 24 de diciembre

Llevar el Adviento a la Navidad

Al terminar esta semana, te invito a pasar un poco más de tiempo con Jesús. La oración del Examen, arraigada en la tradición espiritual de san Ignacio de Loyola, se ha convertido en una de las prácticas más importantes de mi vida con Dios. Me ayuda a reconocer su presencia constante, tanto en la alegría como en la dificultad, y a notar dónde necesito cambiar. Este es un momento para conversar con sinceridad con el Dios que te ama. Trae tu cuaderno, tómate tu tiempo y deja que el Espíritu Santo te guíe.

1. Haz silencio e invita a Dios

Busca un lugar tranquilo. Tómate un momento para serenarte y reconocer la presencia de Dios. Invita al Padre, a Jesús y al Espíritu Santo a acompañarte en este rato de reflexión. Puedes orar con estas palabras: «Señor, ayúdame a mirar esta semana con tus ojos».

2. Recuerda y celebra

Mira la semana que terminó. ¿Qué puedes celebrar? Piensa en los momentos de alegría, los regalos que recibiste, las conversaciones que te hicieron bien, las pequeñas victorias y las gracias inesperadas. Incluye también lo que parece pequeño. Escríbelo en tu cuaderno y dale gracias a Dios.

3. Reconoce lo que te alejó de Dios

Con la ayuda del Espíritu Santo, mira lo que hiciste, dijiste o pensaste que pareció alejarte de Dios. ¿Cuándo reaccionaste desde el miedo, la impaciencia, el orgullo o la distracción? Sé concreto y trátate con ternura. Lleva lo que descubras a la misericordia de Dios.

4. Reconoce lo que te acercó a Dios

Ahora mira lo que hiciste, dijiste o pensaste que te ayudó a acercarte a Dios. ¿Cuándo actuaste con amor, valor, humildad, generosidad o confianza? ¿Dónde sentiste su presencia, incluso en un momento difícil? Anota lo que veas.

5. Mira hacia la próxima semana

Al recordar lo que celebraste y los momentos que te acercaron o te alejaron de Dios, pregúntate: ¿qué quiero hacer de otra manera esta semana? Elige una intención concreta. Pídele a Jesús la gracia de vivirla, un día a la vez.

Oración de cierre

Jesús, me abandono en ti. Ocúpate tú de todo. Amén. Quédate un momento en silencio antes de volver a lo que estabas haciendo.

Navidad · Dios habita entre nosotros

25 de diciembre

Silencio ante Dios · 2 minutos

Respira despacio y reconoce la presencia de Dios.

Escritura

Juan 1:1–18 Lectura breve del Evangelio: Juan 1:1–5, 9–14.

Reflexión

Juan anuncia que la Palabra se hizo carne y habitó entre nosotros. Contempla la cercanía de Dios en Jesús y déjala llegar a tu vida tal como la estás viviendo, a tu casa, a tu familia y a las personas que extrañas. Tómate un momento para darle gracias por haber elegido vivir entre nosotros. La Navidad nos dice algo extraordinario: Dios nos amó acercándose a nosotros. Mientras celebras, haz una pausa para reconocer esa cercanía en los detalles de todos los días. ¿Quién podría necesitar sentirla a través de ti?

Pregunta para orar

¿En qué lugar concreto de mi vida quiero acoger hoy la cercanía de Jesús?

Oración

Jesús, gracias por venir a vivir entre nosotros. Haz de mi vida un lugar donde los demás se sientan bienvenidos.

Termina con un momento de silencio.

Cita de cierre

> *Oí una voz fuerte que salía del trono: «La morada de Dios está con la humanidad. Vivirá con ellos, serán su pueblo y Dios mismo estará con ellos como su Dios. Enjugará toda lágrima de sus ojos. Ya no habrá muerte, duelo, llanto ni dolor, porque lo de antes ha pasado».*

Apocalipsis 21:3–4

Sobre el autor

Lucho Llanca lleva más de 27 años sirviendo en el ministerio y actualmente sirve con Young Life en el área metropolitana de Houston.

Los devocionales que Lucho ha usado en su propia vida de oración lo inspiraron a escribir Esperar con propósito. Su deseo es que este devocional te ayude a hacer un poco de tiempo para Dios cada día de este Adviento.

luchollanca.com