



“Espíritu Divino”

Introducción

En el corazón de la tradición cristiana, la Secuencia del Espíritu Santo es una oración que resuena con una profunda necesidad del alma: la presencia y la gracia del Espíritu Santo. Esta oración no es un simple conjunto de palabras, sino una puerta abierta hacia un encuentro personal con Dios, un diálogo íntimo con la fuente de la luz, la paz y la fuerza interior.

A lo largo de estos días que preceden al gran día de Pentecostés, nuestra oración estará centrada en cada una de sus estrofas, dejándonos conducir por el Espíritu para vivir con mayor hondura nuestra vocación de servicio y caridad.

Rezamos:

**Ven, Espíritu divino,
manda tu luz desde el cielo.
Padre amoroso del pobre;
don, en tus dones espléndido;
luz que penetra las almas;
fuente del mayor consuelo.**



Comenzamos con una súplica directa al Espíritu Santo, pidiéndole que

envíe su luz y derrame su gracia en nuestros corazones. Reconocemos cuánto necesitamos su luz para iluminar nuestro camino y disipar las oscuridades que a veces nos envuelven.

La luz del Espíritu Santo no es una luz exterior, sino una luz interior que ilumina el entendimiento, revela la verdad y nos guía hacia el camino correcto. Como voluntarias y voluntarios de la AIC, queremos dejarnos iluminar para descubrir a Cristo en las personas más frágiles y responder con creatividad y ternura a las nuevas pobreza de nuestro mundo.



Oración:

En silencio prolongado repetimos interiormente:

“Ven Espíritu Santo, ven Espíritu Santo...”

Dejemos que su LUZ penetre hasta el fondo de nuestra alma.

Nos dice San Vicente de Paúl

“Debéis mirar a los pobres con respeto y devoción, porque representan para nosotros la persona de Nuestro Señor.”



Súplica

“Pues si vosotros, siendo malos, sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, ¿cuánto más vuestro Padre celestial dará el Espíritu Santo a los que se lo pidan?”

(Lc 11,13)

Convencidas y convencidos de que la Palabra de Dios se cumple, le

pedimos:

PADRE AMOROSO DEL POBRE:

danos entrañas de misericordia y un corazón atento a quienes más sufren.

DON, EN TUS DONES, ESPLÉNDIDO:

ayúdanos a compartir con sencillez y alegría lo que gratuitamente hemos recibido de Ti.

LUZ QUE PENETRA LAS ALMAS:

ilumina nuestro servicio y nuestra mirada, para descubrir las necesidades de nuestro tiempo y responder con amor comprometido y cercano.

FUENTE DEL MAYOR CONSUELO:

haz de nuestras asociaciones y comunidades lugares de acogida, esperanza y consuelo para quienes viven en soledad, pobreza o sufrimiento.

Compromiso del día

Hoy pedimos al Espíritu Santo la gracia de mirar a cada persona con respeto, escucha y ternura, reconociendo en ella el rostro de Cristo.





"Dulce Huésped del Alma"

Rezamos:

**Ven, dulce huésped del alma,
descanso de nuestro esfuerzo,
tregua en el duro trabajo,
brisa en las horas de fuego,
gozo que enjuga las lágrimas
y reconforta en los duelos.**



El Espíritu Santo actúa silenciosamente en lo profundo de nuestra vida. No siempre se manifiesta con grandes signos, sino como descanso en medio del cansancio, alivio en las dificultades y consuelo en los momentos de dolor.

*Entre todas las expresiones de esta estrofa, quizá la más profunda sea esta: **"dulce huésped del alma"**. El Espíritu habita en nosotros y nos acompaña desde dentro. Su presencia es fuerza en la debilidad, serenidad en las luchas y esperanza en medio de las preocupaciones.*

En esta preparación a Pentecostés, acogemos al Espíritu Santo como huésped de nuestra alma. Él nos transforma poco a poco para parecernos más a Jesucristo y nos impulsa a vivir su misma misión: llevar amor, esperanza y cercanía a quienes más lo necesitan.

Como voluntarias y voluntarios de la AIC, sabemos que muchas veces el servicio nace del esfuerzo silencioso, de la entrega sencilla y cotidiana. Por eso hoy pedimos al Espíritu que sea descanso en nuestro cansancio y alegría en nuestra entrega.

Nos dice Santa Luisa de Marillac

“Que el Espíritu Santo disponga nuestras almas para cumplir la voluntad de Dios.”



Nos fijamos en los contrastes de esta estrofa

<i>Experiencia humana</i>	<i>Acción del Espíritu</i>
<i>Esfuerzo</i>	<i>Descanso</i>
<i>Trabajo</i>	<i>Tregua</i>
<i>Fuego</i>	<i>Brisa</i>
<i>Lágrimas y Duelos</i>	<i>Gozo y Consuelo</i>

Tiempo de silencio y oración

En silencio prolongado repetimos interiormente:

“Ven, dulce huésped del alma...”

Pasos para este momento de oración:

- *Haz silencio dentro de ti.*
- *Toma conciencia de la presencia de Dios en tu interior. Él habita en ti.*
- *Pide ayuda al Espíritu Santo para reconocer su acción en tu vida.*
- *Deja que el Señor alivie tus cansancios y fortalezca tu esperanza.*

Para la reflexión personal

- *¿Reconozco al Espíritu Santo actuando en mi vida cotidiana?*
- *¿Le dejo transformar mi corazón para asemejarme más a Cristo?*
- *¿Soy presencia de consuelo y esperanza para las personas que sufren?*
- *¿Vivo mi servicio desde la paz interior o desde el activismo y la prisa?*

Súplica

DULCE HUÉSPED DEL ALMA:

quédate con nosotros y enséñanos a vivir desde la serenidad y la confianza.

DESCANSO DE NUESTRO ESFUERZO:

fortalece a quienes sirven con cansancio, entrega y generosidad.

BRISA EN LAS HORAS DE FUEGO:

danos calma en las dificultades y esperanza en las pruebas.

GOZO QUE ENJUGA LAS LÁGRIMAS:

haznos cercanos a quienes viven el sufrimiento, la soledad o la tristeza.

Compromiso del día

Hoy intentaremos ser presencia de paz y consuelo para alguien que esté pasando por un momento difícil, ofreciendo escucha, cercanía y esperanza.



Miércoles 20 de mayo de 2026

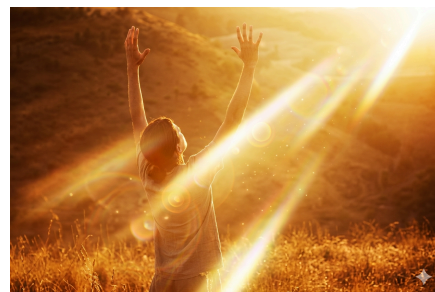
Reflexiones para preparar Pentecostés



"Aliento de Vida"

Rezamos:

**Entra hasta el fondo del alma,
divina luz, y enríquécenos.
Mira el vacío del hombre
si Tú le faltas por dentro;
mira el poder del pecado
cuando no envías tu aliento.**



El ser humano es frágil, como barro entre las manos del alfarero. A veces experimentamos nuestras limitaciones, cansancios y miedos. Sin embargo, ese barro vive porque Dios ha puesto en él su aliento de vida: su Espíritu vivificador.

Después de la resurrección, Jesús sopla sobre sus discípulos y les dice: "Recibid el Espíritu Santo". Con ese gesto nace una comunidad nueva, enviada a anunciar esperanza y vida al mundo.

También hoy necesitamos ese aliento. Sin el Espíritu Santo corremos el riesgo de vivir una fe rutinaria, sin alegría ni creatividad; una caridad que se acostumbra al sufrimiento y pierde capacidad de escuchar, renovar y soñar.

Como voluntarias y voluntarios de la AIC, estamos llamados a dejarnos renovar constantemente por el Espíritu para responder a las nuevas

pobrezas con valentía, cercanía y esperanza. El Espíritu nos impulsa a salir de la comodidad, a abrir caminos nuevos y a servir con un corazón vivo y disponible.

Por eso hoy repetimos con confianza:

¡Ven, Espíritu Santo!

Ven a nuestras asociaciones,

ven a nuestras comunidades,

ven a nuestro servicio a los pobres.

Líbranos del miedo, de la indiferencia y de la falta de esperanza.

Nos dice San Vicente de Paúl

“La caridad es inventiva hasta el infinito.”



Tiempo de reflexión y oración

En silencio prolongado repetimos interiormente:

“Ven, Espíritu Santo...”

Dios despierta en cada persona una forma concreta de vivir el Evangelio hoy, de aportar novedad, de sembrar esperanza y de hacer el bien allí donde sirve.

Dejemos que el Espíritu entre hasta el fondo de nuestra alma y renueve nuestro corazón.

Para la reflexión personal

- *¿Soy consciente de las inspiraciones que el Espíritu suscita en mí*

vida?

- *¿Escucho y comparto esas llamadas interiores?*
- *¿Cuál es hoy mi misión concreta en la AIC, en mi comunidad y en mi entorno?*
- *¿Aporto creatividad, cercanía y esperanza en mi manera de servir?*
- *¿Cómo anuncio hoy el Evangelio con obras y palabras sencillas?*

Súplica

DIVINA LUZ, ENTRA HASTA EL FONDO DEL ALMA:

renueva nuestra fe y fortalece nuestra esperanza.

MIRA EL VACÍO DEL HOMBRE SI TÚ LE FALTAS POR DENTRO:

no permitas que vivamos alejados de Ti ni indiferentes al dolor de los demás.

ENVÍA TU ALIENTO DE VIDA:

haznos personas disponibles, alegres y abiertas a la acción del Espíritu.

VEN A NUESTRAS COMUNIDADES Y ASOCIACIONES:

para que vivamos un carisma creativo, cercano y comprometido con las personas más pobres.

Compromiso del día

Hoy pediremos al Espíritu Santo la gracia de aportar esperanza y novedad allí donde servimos, realizando un gesto concreto de cercanía, escucha o creatividad hacia alguna persona necesitada.

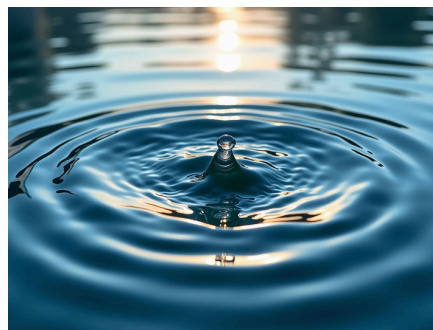




“Agua Viva y Calor que Transforma”

Rezamos:

**Riega la tierra en sequía,
sana el corazón enfermo,
lava las manchas,
infunde calor de vida en el hielo,
doma el espíritu indómito,
guía al que tuerce el sendero.**



El Espíritu Santo es agua viva que calma nuestra sed más profunda. Jesús mismo nos invita:

“Si alguno tiene sed, venga a mí y beba.”

(Jn 7,37)

Todos vivimos momentos de sequedad, cansancio o desánimo. A veces el corazón se endurece, la esperanza se enfría o el servicio pierde alegría. Pero el Espíritu viene a regar la tierra seca de nuestra vida y a devolvernos la fuerza interior.

El agua del Espíritu fecunda, limpia, sana y hace brotar vida nueva. Él transforma lo que parecía estéril en tierra capaz de dar fruto.

También los discípulos, después de la Resurrección, experimentaron cómo el Espíritu convertía su miedo en valentía y su tristeza en anuncio gozoso. Como en la visión del profeta Ezequiel, aquello que parecía seco y sin vida

volvió a levantarse lleno de aliento y esperanza.

Hoy también nuestro mundo necesita ese calor de vida. Tantas personas viven heridas por la soledad, la pobreza, la indiferencia o la falta de sentido. Como voluntarias y voluntarios de la AIC, estamos llamados a ser signos de cercanía, comunión y esperanza para quienes más lo necesitan.

El Espíritu no se nos da para guardarlo, sino para compartirlo y construir fraternidad entre las personas y los pueblos.

Por eso hoy le pedimos:

“Infunde calor de vida en el hielo.”

Haz nuestro mundo más humano, más cálido y más fraterno.

Nos dice San Vicente de Paúl

“No me basta amar a Dios si mi prójimo no lo ama también. Tengo que amar al prójimo como imagen de Dios y objeto de su amor”



Tiempo de reflexión y oración

En silencio prolongado repetimos interiormente:

“Ven, Espíritu Santo, riega nuestra tierra seca...”

La Palabra nos recuerda:

“El Espíritu viene en ayuda de nuestra debilidad... pues nosotros no sabemos pedir como conviene.”

(Rom 8,26)

Para la reflexión personal

- *¿Qué zonas de sequedad necesito presentar hoy al Espíritu Santo?*
- *¿Dónde necesito ser sanada o sanado interiormente?*
- *¿Qué personas esperan de mí cercanía, escucha y calor humano?*
- *¿Cómo puedo llevar esperanza y vida a quienes viven desanimados?*
- *¿Soy instrumento de comunión y fraternidad en mi entorno?*

Súplica

RIEGA LA TIERRA EN SEQUÍA:

renueva nuestra fe cuando se debilita y fortalece nuestra esperanza.

SANA EL CORAZÓN ENFERMO:

cura nuestras heridas, cansancios y miedos.

INFUNDE CALOR DE VIDA EN EL HIELO:

haznos personas cercanas, acogedoras y sensibles al sufrimiento de los demás.

DOMA EL ESPÍRITU INDÓMITO:

enséñanos la humildad, la paciencia y la mansedumbre de Cristo.

GUÍA AL QUE TUERCE EL SENDERO:

muéstranos caminos de justicia, reconciliación y servicio generoso.

Compromiso del día

Hoy intentaremos ser “agua viva” para alguien: ofreciendo escucha, reconciliación, ánimo o cercanía a una persona que necesite consuelo y esperanza.



**Textos adaptados y basados en las reflexiones de Pentecostés de las HHCC*



“Los Dones del Espíritu”

Rezamos:

**Reparte tus siete dones
según la fe de tus siervos.
Por tu bondad y tu gracia
dale al esfuerzo su mérito;
salva al que busca salvarse
y danos tu gozo eterno.**



La Secuencia de Pentecostés nos invita hoy a pedir al Espíritu Santo sus dones. Son regalos de Dios que fortalecen nuestra fe y nos ayudan a vivir según el Evangelio.

El Espíritu actúa silenciosamente en el corazón de quienes se abren a su presencia. Sus dones iluminan nuestras decisiones, sostienen nuestra esperanza y nos ayudan a descubrir la voluntad de Dios en la vida cotidiana.

La fe es como una pequeña semilla que Dios hace crecer dentro de nosotros. A veces parece frágil, pero cuando confiamos en el Señor, el Espíritu transforma nuestra manera de mirar, de amar y de servir.

Como voluntarias y voluntarios de la AIC, necesitamos hoy esos dones para responder a los desafíos de nuestro tiempo: sabiduría para discernir, fortaleza para perseverar, consejo para acompañar, ciencia para

comprender las nuevas pobrezas, piedad para servir con ternura y temor de Dios para vivir humildemente en su presencia.

El Espíritu sigue guiando a la Iglesia y también a nuestra misión vicenciana. Él abre caminos nuevos y nos ayuda a descubrir cómo servir mejor a las personas más vulnerables.

Nos dice Santa Luisa de Marillac

“Nuestro Señor es vuestra fuerza y vuestro consuelo.”



Tiempo de reflexión y oración

En silencio prolongado repetimos interiormente:

“Ven, Espíritu Santo, reparte tus dones...”

El Espíritu Santo permanece siempre con nosotros, esperando que abramos el corazón a su presencia.

Respira serenamente.

Haz silencio interior.

Déjate habitar por la paz de Dios.

Pide al Espíritu:

- *sabiduría para discernir;*
- *valentía para seguir la voluntad de Dios;*
- *fidelidad en tu servicio;*
- *alegría para vivir la misión cada día.*

Para la reflexión personal

- ¿Qué dones necesita hoy nuestra Iglesia y nuestra sociedad?
- ¿Qué dones necesita la AIC para responder a las nuevas pobrezas?
- ¿Reconozco la acción transformadora del Espíritu en mi vida?
- ¿Qué don necesito pedir hoy con más fuerza?
- ¿Confío verdaderamente en que Dios guía mi camino?

Súplica

REPARTE TUS SIETE DONES:

fortalece nuestra fe y haznos dóciles a tu acción.

DALE AL ESFUERZO SU MÉRITO:

sostén a quienes sirven con entrega silenciosa y generosa.

SALVA AL QUE BUSCA SALVARSE:

acompaña a quienes viven momentos de fragilidad, duda o sufrimiento.

DANOS TU GOZO ETERNO:

que nuestro servicio esté lleno de esperanza, alegría y confianza en Ti.

Oración Final

¡Oh Espíritu Santo!

Llena de nuevo nuestra alma con la abundancia de tus dones y frutos.

Haz que sepamos apartarnos de lo superficial con sabiduría,

comprender la verdad con entendimiento,

obrar rectamente con consejo,

perseverar con fortaleza,

discernir con ciencia,

*amar con piedad
y vivir en santo temor de Dios.*

*Haznos personas sencillas, cercanas y disponibles para el servicio de
quienes más sufren.*

Amén.

Compromiso del día

*Hoy pediremos conscientemente al Espíritu Santo el don que más
necesitamos para vivir nuestra vocación de servicio con alegría, humildad
y fidelidad.*



[Fuente \(ver para más información\)](#)

**Textos adaptados y basados en las reflexiones de Pentecostés de las HHCC*