



PARA VIVIR LA PEREGRINACIÓN ANUAL DEL SANTUARIO DE CRISTO REY LA COMISIÓN GENERAL DEL ELSP CASA COMÚN PRESENTA:

# LA GUÍA AMOROSA DEL PEREGRINO

## RECONOCER

que todo el camino andado es de Dios, y forma parte de la Casa Común

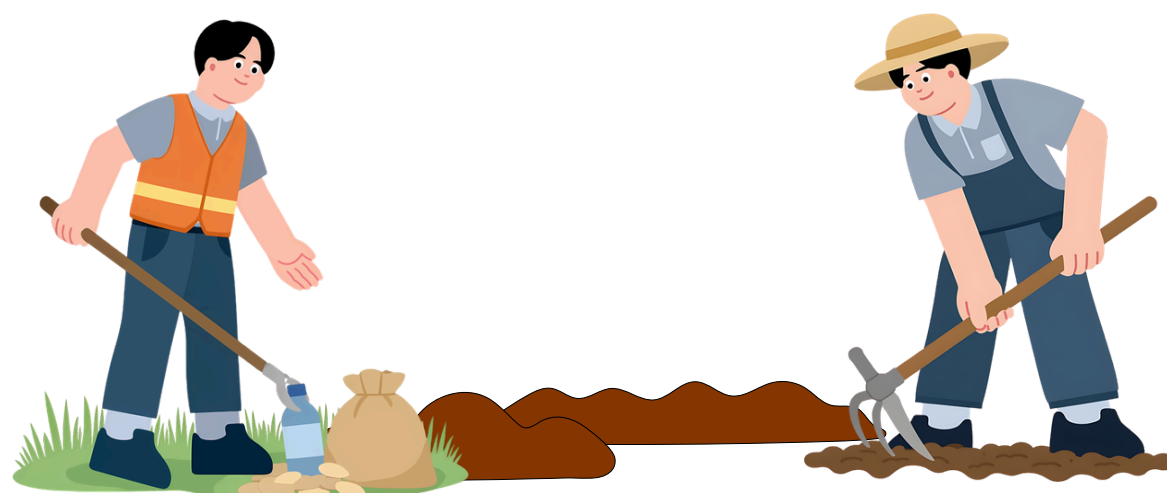


## CONSERVAR

la flora y la fauna, los espacios públicos y comunitarios.

## RECUPERAR

lo que haya sido maltratado o degradado



En cada calle, montaña, camino, pueblo o barrio que los peregrinos andan está toda la Creación, sí, hay un santuario destino que nos mueve y nos alienta a emprender el camino, pero este otro santuario al que llamamos Casa Común se vuelve un lugar para seguir alabando a Dios en comunidad. Te invitamos a reconsiderar cada paso dado, porque el piso que vamos caminando es sagrado, ahí también está la Morada de Dios.

# CÓMO LOGRARLO EN 13 SENCILLOS PASOS

1. Evitar en todo lo posible los envases de un solo uso (desechables). Puedes cargar una botella, una taza desde tu casa, al comprar puedes pedir que lo sirvan en ellos.
2. Evitar el desperdicio de comida. Solo llevar y comprar lo que se va a consumir, tirar comida es desperdiciar vida.
3. No extraer plantas o rocas. No son recuerditos.
4. Reubicar animales, no matarlos si te sientes amenazado. Ellos estaban ahí antes de que nosotros llegáramos.
5. Respetar señalamientos e indicaciones de los voluntarios.
6. Consumo local, apoyo económico a las comunidades.
7. Separación de residuos orgánicos e inorgánicos. Puedes llevar dos bolsas en tu mochila, en uno guardas los residuos orgánicos (de comida) y en la otra los residuos inorgánicos (todo lo demás).
8. Disponer residuos de manera adecuada. En un contenedor que se vea oficial, no un montículo al aire libre.
9. Levantar basura aunque no se nuestra. Podemos hacer un pequeño esfuerzo por recolectar 4 o 5 residuos adicionales.
10. Hacer todo lo posible por regresar los residuos hasta nuestro lugar de origen. Es mejor no dejar residuos en el santuario. Si lo generamos lo podemos cargar de regreso.
11. Si se llevan mascotas no abandonarlas ni llevarlas sueltas.
12. Manejo adecuado de heces fecales. Selecciona un lugar donde haya tierra, escoge una vara con la cual se puede hacer un hoyo sin romperse, con la vara haz el hoyo lo suficientemente grande para que quepa las heces y rellénalo con la tierra. Esto en caso de no poder llegar a la letrina o sanitario.
- 13. Este paso es el más importante: ORAR en todo momento, dejamos unas oraciones que pueden ser de apoyo durante el camino y también un hermoso ejercicio espiritual para desgustar, escuchar y amar a la creación. Fueron escritas por el Papa Francisco, San Francisco de Asís y miembros del movimiento Laudato Si'**

# Oración por nuestra tierra

Papa Francisco, Laudato Si', 2015.

Dios omnipotente,  
que estás presente en todo el universo  
y en la más pequeña de tus criaturas,  
Tú, que rodeas con tu ternura todo lo que existe,  
derrama en nosotros la fuerza de tu amor  
para que cuidemos la vida y la belleza.  
Inúndanos de paz, para que vivamos como hermanos  
y hermanas sin dañar a nadie.

Dios de los pobres,  
ayúdanos a rescatar  
a los abandonados y olvidados de esta tierra  
que tanto valen a tus ojos.

Sana nuestras vidas,  
para que seamos protectores del mundo  
y no depredadores,  
para que sembremos hermosura  
y no contaminación y destrucción.

Toca los corazones  
de los que buscan sólo beneficios  
a costa de los pobres y de la tierra.  
Enséñanos a descubrir el valor de cada cosa,  
a contemplar admirados,  
a reconocer que estamos profundamente unidos  
con todas las criaturas  
en nuestro camino hacia tu luz infinita.  
Gracias porque estás con nosotros todos los días.  
Aliéntanos, por favor, en nuestra lucha  
por la justicia, el amor y la paz.



## Oración cristiana con la creación

Papa Francisco, Laudato Si', 2015.

Te alabamos, Padre, con todas tus criaturas,  
que salieron de tu mano poderosa.

Son tuyas,  
y están llenas de tu presencia y de tu ternura.  
Alabado seas.

Hijo de Dios, Jesús,  
por ti fueron creadas todas las cosas.  
Te formaste en el seno materno de María,  
te hiciste parte de esta tierra,  
y miraste este mundo con ojos humanos.

Hoy estás vivo en cada criatura  
con tu gloria de resucitado.

Alabado seas.

Espíritu Santo, que con tu luz  
orientas este mundo hacia el amor del Padre  
y acompañas el gemido de la creación,  
tú vives también en nuestros corazones  
para impulsarnos al bien.

Alabado seas.

Señor Uno y Trino,  
comunidad preciosa de amor infinito,  
enséñanos a contemplarte  
en la belleza del universo,  
donde todo nos habla de ti.

Despierta nuestra alabanza y nuestra gratitud  
por cada ser que has creado.

Danos la gracia de sentirnos íntimamente unidos  
con todo lo que existe.

Dios de amor,  
muéstranos nuestro lugar en este mundo  
como instrumentos de tu cariño  
por todos los seres de esta tierra,  
porque ninguno de ellos está olvidado ante ti.  
Ilumina a los dueños del poder y del dinero  
para que se guarden del pecado de la indiferencia,  
amen el bien común, promuevan a los débiles,  
y cuiden este mundo que habitamos

Los pobres y la tierra están clamando:  
Señor, tómanos a nosotros con tu poder y tu luz,  
para proteger toda vida,  
para preparar un futuro mejor,  
para que venga tu Reino  
de justicia, de paz, de amor y de hermosura.  
Alabado seas.

Amén.



# Cántico de las criaturas

San Francisco de Asís (1224 A.D.)

Altísimo y omnipotente buen Señor,  
tuyas son las alabanzas,  
la gloria y el honor y toda bendición.  
A ti solo, Altísimo, te convienen  
y ningún ser humano es digno de nombrarte.  
Alabado seas, mi Señor,  
en todas tus criaturas,  
especialmente en el señor hermano sol,  
por quien nos das el día y nos iluminas.  
Y es bello y radiante con gran esplendor,  
de ti, Altísimo, lleva significación.  
Alabado seas, mi Señor,  
por la hermana luna y las estrellas,  
en el cielo las formaste claras y preciosas y bellas.  
Alabado seas, mi Señor, por el hermano viento  
y por el aire y la nube y el cielo sereno y todo tiempo,  
por todos ellos a tus criaturas das sustento.  
Alabado seas, mi Señor, por el hermano fuego,  
por el cual iluminas la noche,  
y es bello y alegre y vigoroso y fuerte.  
Alabado seas, mi Señor,  
por la hermana nuestra madre tierra,  
la cual nos sostiene y gobierna  
y produce diversos frutos con coloridas flores y  
hierbas.

Alabado seas, mi Señor,  
por aquellos que perdonan por tu amor,  
y sufren enfermedad y tribulación;  
bienaventurados los que las sufran en paz,  
porque de ti, Altísimo, coronados serán.  
Alabado seas, mi Señor,  
por nuestra hermana muerte corporal,  
de la cual ningún hombre viviente puede escapar.  
Ay de aquellos que mueran en pecado mortal.  
Bienaventurados a los que encontrará en  
tu santísima voluntad  
porque la muerte segunda no les hará mal.  
Alaben y bendigan a mi Señor  
y denle gracias y sírvanle con gran humildad.



## Oración por las montañas

Dios Creador, te agradecemos por la majestuosa belleza de tus montañas. A veces ocultas tras las nubes o imponentes con la luz del sol. Hogar de varias criaturas, fuente de vida, dichosos somos todos por poder contemplarlas. Te pedimos Señor que nos ayudes a protegerlas, todas son una muestra de tu amor infinito.

## Una oración por nuestra tierra, mañana y tarde

### Mañana

Señor, abre mis labios,  
y mi boca proclamará tu alabanza.  
Al amanecer, te alabo, porque  
estás presente en todo el universo  
y en la más pequeña de tus criaturas.  
Abrazas con tu ternura todo lo que existe.  
Mientras recorro el camino de este día, derrama sobre mí la fuerza de  
tu amor.  
Lléname de paz, para que pueda proteger la vida y la belleza.  
Que este día actúe en solidaridad con los olvidados de esta tierra,  
y que siembre belleza, no contaminación y destrucción.  
En el nombre de Jesús, Amén

### Tarde

Dios mío, ven en mi auxilio.  
Señor, date prisa en socorrerme.  
Tú eres el Dios de los pobres,  
Tú curas a todos los que existen.  
Que mi oración en la calma de la tarde  
me una a toda criatura  
mientras todas las familias vivas de la tierra  
caminan hacia tu luz infinita.  
Dios amoroso, te doy las gracias por estar  
conmigo en este día.  
Aliéntanos a todos, te rogamos, en nuestra  
lucha por la justicia.  
A lo largo de la noche te elevo  
mis esperanzas por tu reino de paz en la  
tierra.  
En el nombre de Jesús,  
Amén.



## Comunión con la creación: Escuchar, Degustar, Amar

Aquí tienes una oración que te invita a contemplar la creación. Se puede hacer en interiores o al aire libre.

Degustar: Camina o mira a tu alrededor lentamente. Observa si algún miembro de la creación atrae tu atención, una nube, un árbol, una planta en el interior. Permítete detenerte, hacer una pausa en lo que te llama la atención y estar presente en lo que hay. Utiliza tus sentidos para asimilar la maravilla de esta criatura: los colores, las formas, los olores, las texturas.

Escuchar: ¿Qué puede estar tratando de decirte este ser? ¿Qué puede estar diciéndote Dios a través de este elemento de la creación? Considera la posibilidad de entablar un diálogo con este miembro de la creación, recordando a San Francisco hablando con los pájaros y llamando al hermano sol y a la hermana luna. Puedes hacer una pregunta. Luego escucha. Mantente abierto a lo que pueda surgir.

Amar: Cuando estés listo para irte, encuentra una manera de ofrecer amor, dando las gracias, ofreciendo una oración a Dios por este encuentro, deseando lo mejor a tu nuevo amigo. Encuentra una manera de reconocer el regalo que has recibido y tu deseo de dar algo a cambio.

Si hay tiempo, puedes intentar este proceso de Degustar, Escuchar y Amar con otro elemento de la creación.

Que Dios los lleve y regrese con bien

