

TALLER DE ORACIÓN SANTA ANA

18. Taller, 21-02-2026



TEMA: “TENGO SED DE DIOS”

Canto: “Tengo Sed de Ti, Mi Dios” (Alabansax)

Disponerse: “Cuando ores entra a tu habitación, cierra la puerta y ora a tu Padre” (Mt. 6,6). Mateo nos invita a orar en la intimidad de nuestra habitación interior, sin necesidad de ser vistos ni aplaudidos por nadie. En este momento concreto, estamos orando en comunidad, visibles las unas para las otras; sin embargo, esta visibilidad es una ayuda mutua, un estímulo para entrar en comunión con Dios y en comunión las unas con las otras desde esa hondura interior a la que todas aspiramos y deseamos vivir.

Hoy, vamos a orar el salmo 62 que expresa la sed de Dios del salmista. Esta sed la hacemos también nuestra, no solamente en este momento orante, sino a lo largo de este tiempo de Cuaresma y siempre. Las dos primeras estrofas del salmo se centran en la **sed** y el **hambre**. La sed de Dios nos llevará a desprendernos de todo aquello que nos sacia y nos aleja de él, a centrarnos cada vez más y más en él, el único manantial que puede saciar nuestra sed. “El Señor es el manantial de aguas vivas” (Jr 2,13). Jesús mismo exclamará: “Si alguno tiene sed, venga a mí, y beba” (Jn 7,37-38). Y Jesús promete a la samaritana: “El que beba del agua que yo le daré, jamás tendrá sed, sino que el agua que yo le dé se convertirá en él en fuente de agua que brota para vida eterna” (Jn 4,14).

Cito a san Juan Pablo II. “El salmo 62 es el salmo del amor místico, que celebra la adhesión total a Dios, partiendo de un anhelo casi físico y llegando a su plenitud en un abrazo íntimo y perenne. La oración se hace **deseo, sed y hambre**, porque implica el alma y el cuerpo”.¹ Y santa Teresa de Ávila describe: “La **sed** me parece a mí quiere decir deseo de una cosa que nos hace tan gran falta que, si nos falta, nos mata”.²

¹. San Juan Pablo II. Audiencia general del miércoles 25 de abril de 2001.

². Santa Teresa, Camino de perfección, cp. 19, nº 8. Obras completas, Editorial Monte Carmelo, 2011. Burgos, pg. 532.

Aviva tu sed de Dios y piensa que Dios también tiene sed de ti, de tu amor, de tu vuelta a casa, de tu amistad, es decir, de que salgas de la periferia, de todo aquello que te distrae y dispersa, y entres en tu morada sagrada donde él mora y te espera. Regálale con la cena que Dios quiere ofrecerte. “Mira que estoy a la puerta y llamo; si alguno oye mi voz y me abre, entraré en su casa y cenaré con él y él conmigo” (Ap. 3,20).

Con esta disposición interior abrimos nuestra puerta al Señor que quiere visitarnos y regalarnos con su presencia y majares sabrosos. Recitamos todas juntas el salmo.

Salmo 63 (Recitado lentamente)

Oh Dios, tú eres mi Dios, por ti madrugo,
mi alma está sedienta de ti;
mi carne tiene ansia de ti,
como tierra reseca, agostada, sin agua.
¡Cómo te contemplaba en el santuario
viendo tu fuerza y tu gloria!
Tu gracia vale más que la vida,
te alabarán mis labios.
Toda mi vida te bendeciré

y alzaré las manos invocándote.
Me saciaré como de enjundia y de manteca,
y mis labios te alabarán jubilosos.
En el lecho me acuerdo de ti
y velando medito en ti,
porque fuiste mi auxilio,
y a la sombra de tus alas canto con júbilo;
mi alma está unida a ti,
y tu diestra me sostiene.

Silencio

Música: “Amor saca amor” (Fabiola, stj)

silencio

Volvemos a recitar el salmo.

Compartir: Libremente puedes hacer eco de aquella frase que más le ha tocado.

Terminamos nuestra oración dando gracias al Señor que nos invita a orar en el silencio de nuestra morada interior, sin necesidad de ser reconocidas ni aplaudidas por los demás, viviendo en su intimidad y en comunión con toda la humanidad. La oración nos lleva a ser mujeres de comunión.

Carmen Herrero, hcsa