

eucaristía arrupeVLC



Domingo I de Adviento - Ciclo A - 30/11/2025

CONTENIDO

- Lectura por entregas de la encíclica Laudato Si'
- Lecturas del domingo
- Oración de los fieles
- Oración final
- Para los peques
- Puntos para la oración semanal
- Guía de oración mensual Movimiento Laudato Si'
- Reflexión de Adviento del Departamento de Ecología Integral, Conferencia Episcopal Española



Estad en vela para
estar preparados

Is 2, 1-5
Sal 121
Rom 13, 11-14a
Mt 24, 37-44

Aligerar el corazón

Jesús nos invita “a confiar en su amor que nos quiere salvar y que se hace cercano en cada situación de nuestra existencia, a hacerle espacio para volver a encontrar la esperanza”.

Preguntémonos, pues: ¿está mi corazón agobiado por el miedo, las preocupaciones, las angustias por el futuro? ¿Sé mirar los acontecimientos cotidianos y las vicisitudes de la historia con los ojos de Dios, en la oración, con un horizonte más amplio? ¿O me dejo vencer por el abatimiento?

Que este tiempo de Adviento sea una ocasión preciosa para levantar la mirada hacia Él, que aligera el corazón y nos sostiene en el camino.

Papa Francisco, Ángelus 1-XII-24



LAUDATO SI'

26

Muchos de aquellos que tienen más recursos y poder económico o político parecen concentrarse sobre todo en enmascarar los problemas o en ocultar los síntomas, tratando sólo de reducir algunos impactos negativos del cambio climático.

Pero muchos síntomas indican que esos efectos podrán ser cada vez peores si continuamos con los actuales modelos de producción y de consumo.

Por eso se ha vuelto urgente e imperioso el desarrollo de políticas para que en los próximos años la emisión de dióxido de carbono y de otros gases altamente contaminantes sea reducida drásticamente, por ejemplo, reemplazando la utilización de combustibles fósiles y desarrollando fuentes de energía renovable.

En el mundo hay un nivel exiguo de acceso a energías limpias y renovables. Todavía es necesario desarrollar tecnologías adecuadas de acumulación.

Sin embargo, en algunos países se han dado avances que comienzan a ser significativos, aunque estén lejos de lograr una proporción importante.

También ha habido algunas inversiones en formas de producción y de transporte que consumen menos energía y requieren menos cantidad de materia prima, así como en formas de construcción o de saneamiento de edificios para mejorar su eficiencia energética.

Pero estas buenas prácticas están lejos de generalizarse.

MONICIÓN DE ENTRADA

Comenzamos el camino del Adviento, tiempo de espera y de conversión.



La historia clama desde sus heridas: pueblos enteros buscan la paz, descartados y olvidados que cargan con el peso de las injusticias, la tierra gimiendo bajo el abuso y la indiferencia. En medio de esa noche, una luz se enciende y nos invita a subir y despertar, a creer que otro mundo es posible.

El Señor viene, no entre tronos ni armas, sino en el rostro del que sufre, en el silencio del que espera, y en la ternura del que comparte. Nos llama a desarmar los corazones, y a velar con esperanza activa, construyendo desde lo pequeño ese Reino de amor.

Que al llegar la Navidad, encontremos nuestro corazón despejado y sereno, convertido en una morada cálida donde el Dios de la Vida, y con Él toda la humanidad, puedan encontrar acogida.

MONICIÓN PARA LAS LECTURAS

PRIMERA El profeta Isaías, en la primera lectura, sueña con un mundo donde las armas se vuelvan arados y los pueblos caminen juntos hacia la paz. La justicia y la fraternidad pueden nacer si cada uno decide subir a esa montaña interior donde habita Dios.

SEGUNDA Pablo nos recuerda que la noche está por terminar y el día se acerca. Es tiempo de despertar, de dejar las sombras y revestirnos de luz. El amor es la ropa nueva del corazón que espera al Señor.

EVANGELIO El evangelio nos muestra que Dios llega en lo cotidiano, en silencio, sin avisar. Velar no es tener miedo, sino vivir despiertos, con el alma atenta y las manos dispuestas a amar.



PRIMERA LECTURA

El Señor congrega a todas las naciones en la paz eterna del Reino de Dios

Lectura del libro de Isaías 2, 1-5

Visión de Isaías, hijo de Amós, acerca de Judá y de Jerusalén.

En los días futuros estará firme el monte de la casa del Señor, en la cumbre de las montañas, más elevado que las colinas. Hacia él confluirán todas las naciones, caminarán pueblos numerosos y dirán:

«Venid, subamos al monte del Señor, a la casa del Dios de Jacob. Él nos instruirá en sus caminos y marcharemos por sus sendas; porque de Sión saldrá la ley, la palabra del Señor de Jerusalén». Juzgará entre las naciones, será árbitro de pueblos numerosos. De las espadas forjarán arados, de las lanzas, podaderas.

No alzará la espada pueblo contra pueblo, no se adiestrarán para la guerra.

Casa de Jacob, venid; caminemos a la luz del Señor.

SALMO RESPONSORIAL

R/. Vamos alegres a la casa del Señor.

¡Qué alegría cuando me dijeron:
«Vamos a la casa del Señor»!
Ya están pisando nuestros pies
tus umbrales, Jerusalén.

R/. Vamos alegres a la casa del Señor.

Jerusalén está fundada
como ciudad bien compacta.
Allá suben las tribus,
las tribus del Señor.

R/. Vamos alegres a la casa del Señor.

Según la costumbre de Israel,
a celebrar el nombre del Señor;
en ella están los tribunales de justicia,
en el palacio de David.

R/. Vamos alegres a la casa del Señor.

SEGONA LECTURA

Lectura de la carta de l'apòstol sant Pau als Romans 13, 11-14a

Germans:

Comporteu-vos reconeixent el moment en què viviu, perquè ja és hora de despertar-vos del son, ja que ara la salvació està més a prop de nosaltres que quan vam abraçar la fe. La nit està avançada, el dia és a prop: deixem, doncs, les obres de les tenebres i revestim-nos amb les armes de la llum.

Caminem amb dignitat, com en ple dia: res de banquets i borratxes, res de luxúria i desmesura, res de baralles i enveges. Revestiu-vos més bé del Senyor Jesucrist.



EVANGELIO

Estad en vela para estar preparados

Lectura del santo Evangelio según san Mateo 24, 37-44

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos:

«Cuando venga el Hijo del hombre, pasará como en tiempo de Noé.

En los días antes del diluvio, la gente comía y bebía, se casaban los hombres y las mujeres tomaban esposo, hasta el día en que Noé entró en el arca; y cuando menos lo esperaban llegó el diluvio y se los llevó a todos; lo mismo sucederá cuando venga el Hijo del hombre: dos hombres estarán en el campo, a uno se lo llevarán y a otro lo dejarán; dos mujeres estarán moliendo, a una se la llevarán y a otra la dejarán.

Por tanto, estad en vela, porque no sabéis qué día vendrá vuestro Señor.

Comprended que si supiera el dueño de casa a qué hora de la noche viene el ladrón, estaría en vela y no dejaría que abrieran un boquete en su casa.

Por eso, estad también vosotros preparados, porque a la hora que menos penséis viene el Hijo del hombre».

ORACIÓN DE LOS FIELES

SACERDOTE: Dios de la vida y de la esperanza, escúchanos y despierta en nosotros el deseo de tu Reino. Haznos artesanos de paz, cuidadores de la vida y testigos de tu amor entre los débiles y pequeños de la tierra.

R. Señor ilumina nuestra espera

R. Senyor, il·lumina la nostra espera.

Por la Iglesia, para que sea signo de esperanza en medio de la oscuridad, y viva con coherencia el Evangelio de la paz, acompañando a quienes buscan sentido y consuelo.

R. Señor ilumina nuestra espera

Por los gobernantes y responsables públicos, para que escuchen el clamor de los pueblos y ejerzan su poder con sabiduría, buscando siempre la justicia, la paz y la dignidad de toda persona.

R. Señor ilumina nuestra espera

Por la tierra y toda forma de vida, para que sepamos cuidar y respetar la creación que Dios nos confía, aprendiendo a vivir con sobriedad y gratitud ante la belleza del mundo.

R. Señor ilumina nuestra espera



Per les persones pobres, oblidades i les que pateixen, perquè ningú quede fora de la taula del pa ni del dret a una vida digna, i la nostra comunitat sàpiga respondre amb tendresa i compromís.

R/. Senyor, il·lumina la nostra espera.

Per les dones, portadores de vida i d'esperança, perquè la seua paraula i la seua entrega siguen reconegudes, valorades i escoltades en la societat i en l'Església.

R/. Senyor, il·lumina la nostra espera.

Per la nostra comunitat, perquè visquem vigilants i units, caminant junts cap a la llum del Regne, amb els cors desperts i les mans disposades a servir.

R/. Senyor, il·lumina la nostra espera.

JHS

PARA LOS PEQUES

Palabras a encontrar:

VIGILAR · PREPARARSE · HIJODELHOMBRE · NOE · DILUVIO · SORPRESA ·
DESPIERTO · FE · JUICIO · CONVERSION

E	S	O	R	P	R	E	S	A	Q	D	V	I	L
J	U	I	C	I	O	N	O	E	E	L	U	I	O
I	D	I	L	U	V	I	O	N	B	C	O	S	N
H	I	J	O	D	E	L	H	O	M	B	R	E	V
O	N	V	I	G	I	L	A	R	E	R	F	O	E
C	N	R	P	R	E	P	A	R	A	R	S	E	S
O	N	V	D	E	S	P	I	E	R	T	O	O	I
N	V	E	R	S	I	O	N	C	J	F	E	L	C
V	O	B	E	P	A	R	R	R	C	I	U	N	I
E	S	P	A	Z	R	L	O	D	E	I	T	A	O
R	O	P	O	S	E	N	J	N	S	F	O	D	N
S	N	A	A	T	R	A	C	E	A	O	R	I	V
I	F	E	C	N	O	N	T	N	I	C	V	S	E
O	I	L	I	C	A	H	O	P	M	R	U	U	R
N	J	E	S	P	E	R	A	E	A	E	I	L	S

ORACIÓN FINAL

Esperaré

**Esperaré a que crezca el árbol
y me dé sombra.**

**Pero abonaré la espera
con mis hojas secas.**

**Esperaré a que brote el manantial
y me dé agua.**

**Pero despejaré mi cauce
de memorias enlodadas.**

**Esperaré a que apunte la aurora
y me ilumine.**

**Pero sacudiré mi noche
de postraciones y sudarios.**

**Esperaré a que llegue lo que no sé
y me sorprenda.**

**Pero vaciaré mi casa
de todo lo enquistado.**

**Y al abonar el árbol,
despejar el cauce,
sacudir la noche
y vaciar la casa,
la tierra y el lamento
se abrirán a la esperanza.**

ORACIÓN FINAL (2)

Bon Déu,
Concedeix-nos un cor nou,
capaç de perdonar-nos i de perdonar,
capaç de deixar-se estimar, des del reconeixement humil
de les pròpies febleses i limitacions.

Un cor nou, disposat a estimar sense càlculs,
amb comprensió i tendresa,
fins i tot aquelles situacions i persones
que ens ho posen més difícil.

Concedeix-nos una mirada nova,
capaç de fixar-nos en allò de bo que hi ha en el cor
de cada persona,
en les coses positives més que en les negatives,
en allò que ens uneix als altres més que en allò que ens separa.
Una mirada transparent i neta, capaç de percebre't
en els llocs més insospitats.

Concedeix-nos un pensament nou,
capaç de llegir la vida en profunditat,
de desfer-se de prejudicis i de desemmascarar
les idees falses que ens ofereix la societat.
Disposat a deixar-se interpel·lar per tot allò
que trenca la lògica d'aquest món.

Concedeix-nos un actuar nou,
obert al treball en comunió i a la col·laboració amb els altres.
Actiu i compromès en la transformació de les injustícies,
al servei generós dels altres i especialment dels pobres i més
necessitats.
Un actuar discret i silenciós, que siga obedient a la teua voluntat.

Bon Déu, renova el nostre ser,
i que aquest nou camí de retorn a Tu ens
permeta també ser millor per als altres.

PUNTOS PARA LA ORACIÓN SEMANAL

Orar para despertar

Señor, que tu voz me despierte. Demasiadas veces camino dormido, atrapado en lo inmediato. Enséñame a reconocer tu paso en lo cotidiano, a no vivir de espaldas a tu presencia. Que mi fe no sea costumbre, sino espera viva y vigilante.

Orar para construir la paz

Hazme artesano de un mundo nuevo, donde las espadas se fundan en arados y los muros se vuelvan caminos. Que en mi palabra no habite la violencia y en mis manos nazcan gestos que sanen. Que la esperanza se haga carne en mi modo de vivir.

ALMA DE CRISTO

Alma de Cristo, santifícame.
Cuerpo de Cristo, sálvame.
Sangre de Cristo, embriágame.
Agua del Costado de Cristo, lávame.
Pasión de Cristo, confórtame.
¡Oh buen Jesús, óyeme!
Dentro de tus llagas, escóndeme.
No permitas que me aparte de ti.
Del enemigo malo, defiéndeme.
En la hora de mi muerte, llámame.
Y mándame ir a ti,
para que con tus santos te alabe,
por los siglos de los siglos.

Amén

TOMAD SEÑOR Y RECIBID

Tomad, Señor, y recibid
toda mi libertad,
mi memoria,
mi entendimiento,
y toda mi voluntad,
todo mi haber y mi poseer;
Vos me disteis,
A Vos, Señor, lo torno.
Todo es vuestro,
disponed todo a vuestra voluntad;
dadme vuestro amor y gracia,
que con ésta me basta.

Amén

Y RECORDAD...

Para los eventos programados de esta semana, consulta la web www.centroarrupevalencia.org

CENTRO ARRUPE VALÈNCIA - www.centroarrupevalencia.org



AMDG



CONFERENCIA
EPISCOPAL
ESPAÑOLA



COMISIÓN EPISCOPAL PARA
LA PASTORAL SOCIAL Y PROMOCIÓN HUMANA
Subcomisión Episcopal para
la Acción Caritativa y Social
Departamento de Ecología Integral

«Preparar el hogar interior»

**Reflexión de Adviento del Departamento de Ecología Integral,
Conferencia Episcopal Española**

10 de diciembre de 2025

Día Internacional de los Derechos Humanos Fundamentales

Cuando la penumbra de diciembre toca nuestras tierras, los días se acortan y la quietud se hace posible, nos encontramos ante un significativo cruce de caminos: el Tiempo de Adviento, que nos llama a la interioridad, y el Día Internacional de los Derechos Humanos, que viene a recordarnos, una vez más, nuestra pertenencia a una fraternidad universal. Tal vez no sea una coincidencia, sino uno de esos guiños de la Providencia que nos invita a mirar cómo habitamos el mundo y cómo, en el rostro de los vulnerables, resuena el eco de aquel «Te he amado» (Ap. 3, 9) que el Señor dirige a los que no tienen poder (*Dilexi te*, 1).

A menudo, caminamos por la vida con una sutil inquietud, intentando llenar los vacíos del alma con objetos materiales, como quien intenta saciar su sed con agua de mar. Nos hemos dejado envolver por una niebla dorada que nos sugiere que la plenitud se encuentra en la acumulación, en el tener siempre algo nuevo. Sin embargo, esta búsqueda incansable a menudo nos deja con las manos llenas pero el corazón distraído (cf. *Laudato si'*, 223). Como nos recuerda la reciente exhortación, *Dilexi te*, del papa León, corremos el riesgo de caer en una «alienación social», donde consideramos racional un estilo de vida que ignora que nuestra comodidad a veces se construye sobre la fragilidad de otros (cf. *Dilexi te*, 93).

Es como si hubiéramos olvidado que la felicidad es como un ave tímida que no se posa en el ruido de la plaza del mercado, sino en la rama tranquila del encuentro y la identidad, *adentrada en la espesura*. Al rodearnos de lo superfluo, corremos el



CONFERENCIA
EPISCOPAL
ESPAÑOLA



COMISIÓN EPISCOPAL PARA
LA PASTORAL SOCIAL Y PROMOCIÓN HUMANA
Subcomisión Episcopal para
la Acción Caritativa y Social
Departamento de Ecología Integral

riesgo de ahogar el sentido de nuestra propia existencia y perder la capacidad de percibir la trascendencia que habita en lo sencillo. El verdadero bienestar subjetivo, esa satisfacción profunda con la vida, rara vez se encuentra en el ticket de la mejor compra, sino en la calidad de nuestros vínculos humanos y espirituales.

En este tiempo de preparación, la liturgia de Adviento nos invita a «preparar el camino» (cf. Lc. 4, 3). La pregunta que resuena es: ¿cómo transitar un sendero de encuentro con el Dios de la simplicidad y sencillez (como nos evoca el *pesebre* y los *pañales*) si está obstaculizado por el exceso? Cada objeto material que entra en nuestros hogares trae consigo una historia invisible, un hilo que nos conecta con manos lejanas que lo fabricaron y con la tierra de la que fue extraído. A veces, sin quererlo, nuestra comodidad desmesurada proyecta sombras largas sobre la vida de otros hermanos y hermanas; detrás de la abundancia de unos, a menudo se esconde la escasez de otros, en una balanza que clama por equilibrio, bajo el principio de gratuidad y la lógica del don como expresiones de una fraternidad que habita una Tierra destinada a todos (cf. *Caritas in veritate*, 34, 36).

La verdadera disposición de nuestro deseo en este Adviento podría consistir en *caminar más ligero*. Comprender que nuestra sobriedad no es una mera restricción, sino un acto de amor y justicia, una privación positiva por un *bien mayor y mejor*. Cuando vives con sencillez, permites que otros sencillamente puedan vivir. Es reconocer que el respeto a los derechos humanos fundamentales comienza en la serenidad de nuestras propias decisiones cotidianas, evitando que nuestro bienestar se construya sobre la fragilidad de los más vulnerables o el agotamiento de los bienes de nuestra casa común. Como bien señala la tradición de la Iglesia, el ayuno y la renuncia a lo superfluo no son fines en sí mismos, sino medios para que nuestro corazón se ensanche y quepa el mismo Dios. Es la alegría de las manos que, al compartir, aprenden a reparar la injusticia contra el pobre (cf. *Dilexi te*, 42-43).

El pesebre de Belén estaba vacío y así fue capaz de recibir la Vida. Esa es la imagen que se nos propone: *hacer espacio*. La encíclica *Laudato si'* nos recuerda



CONFERENCIA
EPISCOPAL
ESPAÑOLA



COMISIÓN EPISCOPAL PARA
LA PASTORAL SOCIAL Y PROMOCIÓN HUMANA
Subcomisión Episcopal para
la Acción Caritativa y Social
Departamento de Ecología Integral

con belleza «que menos es más» (*Laudato si'*, 222); que en la ausencia de lo innecesario florece la libertad para saborear lo pequeño, para agradecer la luz, el aire, el pan de la mesa, el rostro del otro.

La sobriedad es, entonces, una forma de liberación. Es soltar el lastre para poder elevar el vuelo hacia lo que realmente importa: la cooperación, la entrega y el servicio. Cuando dejamos de centrarnos obsesionadamente en lo que nos falta materialmente, nuestros ojos se abren a la riqueza de la fraternidad. El gozo sereno no nace de la posesión, sino de la entrega sincera a los demás, reconociendo que en el pobre, en el migrante, en el que sufre, hay una «presencia especial de Cristo» que espera nuestro abrazo (cf. *Dilexi te*, 79). No se trata de beneficencia, sino de dejarnos evangelizar por ellos, quienes, desde su fragilidad, nos enseñan lo esencial de la vida y nos invitan a simplificar la nuestra (cf. *Dilexi te*, 100-101).

Que este tiempo no sea una carrera vertiginosa de ofertas y promociones, sino un regreso al hogar interior. Allí se nos pide cultivar el sosiego: antes de adquirir algo nuevo, detenernos un instante y preguntarnos si ese objeto llenará un espacio vital o si simplemente ocupará un lugar en la estantería. No olvidemos que «no dar a los pobres es robarles», porque lo superfluo que retenemos pertenece a quien lo necesita (cf. *Dilexi te*, 42). El verdadero regalo no se envuelve en papel: es el tiempo dedicado, la escucha atenta, el consuelo ofrecido. Es la mística de estar con el otro, rompiendo la indiferencia que nos aísla (cf. *Laudato si'*, 92, 232). En este hogar interior, somos invitados a consumir ternura con el mundo, eligiendo opciones de consumo que cuiden la tierra y dignifiquen a quienes trabajan. Cada acto de compra es, en realidad, un voto moral por el tipo de mundo que queremos construir (cf. *Laudato si'*, 232, 242).

Que al llegar la Navidad, encontremos nuestro corazón despejado y sereno, convertido en una morada cálida donde el Dios de la Vida, y con Él toda la humanidad, puedan encontrar acogida.



* * * NOVIEMBRE DE 2025

Guía Mensual de Oración

del MLS * * *

Por la prevención del suicidio y la ecoansiedad * * *





Página *** *** **editorial**



Este recurso es una guía para que los miembros de nuestro movimiento la utilicen de forma colectiva o individual cada mes. Cada mes, esta guía de oración ofrece reflexiones y testimonios de diferentes miembros de nuestro movimiento global para inspirarte a orar, contemplar, reflexionar y actuar por la creación.

Aprovechemos este año extraordinario como una oportunidad para **Brindar Esperanza**, celebrando el décimo aniversario de Laudato Si' y del Movimiento Laudato Si', junto con los 800 años del Cántico de las Criaturas. Estos hitos notables nos invitan a renovar nuestro compromiso de cuidar la creación, valorar nuestra casa común y profundizar los lazos que nos unen como una gran familia global.

Este año, estamos estableciendo nuestras intenciones mensuales de acuerdo con las intenciones de oración del Papa para 2025, pero con una dimensión Laudato Si'. Que todos nos sintamos inspirados para **actuar con valentía, amar con determinación y brindar esperanza a nuestra casa común, paso a paso**.





*** **Escuchar el canto
de la creación** ***

Intención del mes

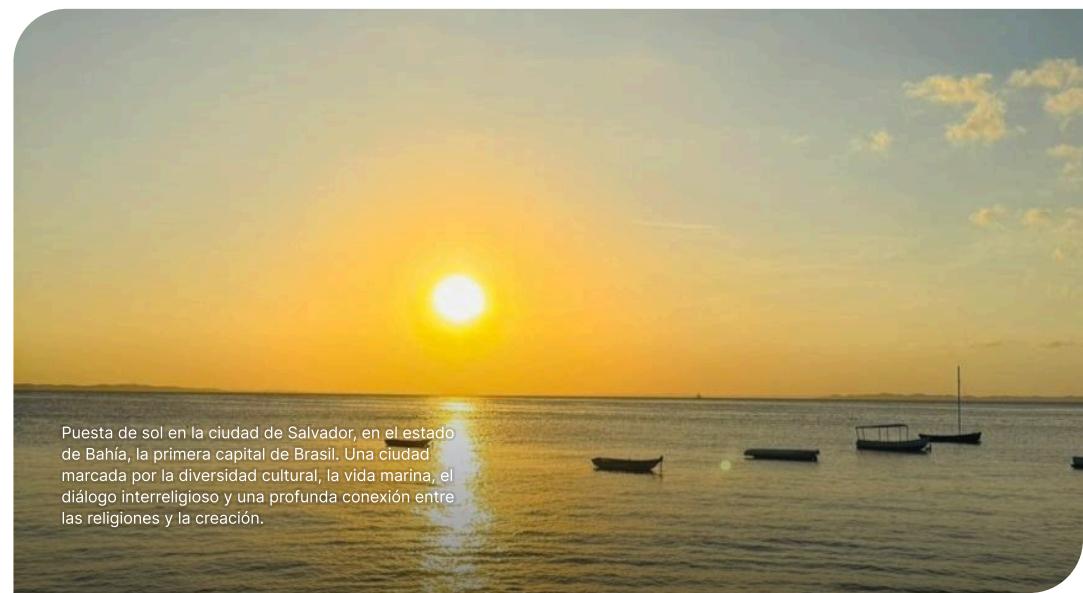
Por la prevención del suicidio y la ecoansiedad

”

Cita del mes

“Decir que no hay nada que esperar sería un acto suicida, porque implicaría exponer a toda la humanidad, especialmente a los más pobres, a los peores impactos del cambio climático”

LD 53.





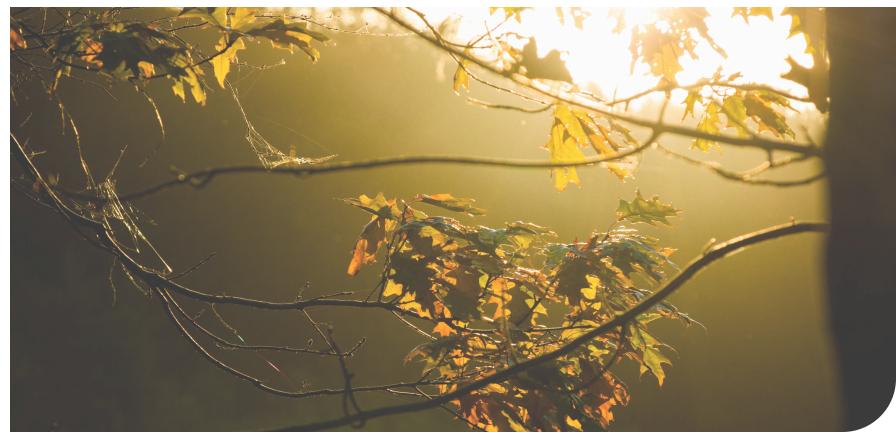
Inspira en nosotros un espíritu de asombro (Libro de oraciones del MLS)



Divino Creador, Dios,
te agradecemos por la maravilla del universo
y sus siglos de tiempo y vida que nos ha sostenido.
Te agradecemos por nuestra hermana madre Tierra, su
belleza y dones, la abundancia de sus días y su tierra sagrada.
Lamentablemente, hemos abusado el espacio sagrado de la
Tierra y hemos malinterpretado su historia sagrada,
reclamándola como propia, oponiéndonos a su plan divino.
Su regalo de sostenibilidad ha sido arrebatado,
disminuyendo su sustento para el bien de todos.
Sí, podemos oír sus gritos desesperados de dolor y angustia;
sus recursos despojados, su clima distorsionado, su agua y su
suelo envenenados, su paisaje incapaz de resistir.
Dios Creador,
ayúdanos a cuidar de la hermana madre Tierra con atención
amorosa en su sagrado viaje, mientras se da a sí misma sin
medida.
Inspira en nosotros un espíritu de asombro por su belleza y
sus múltiples formas de vida.
Y que seamos agradecidos sabiendo que espera
incesantemente para renovarse por nosotros.

Amén.

(Sor Maura Fitzsimons, PBVM. Animadora Laudato Si'. Shaw,
Mississippi, EE. UU.)



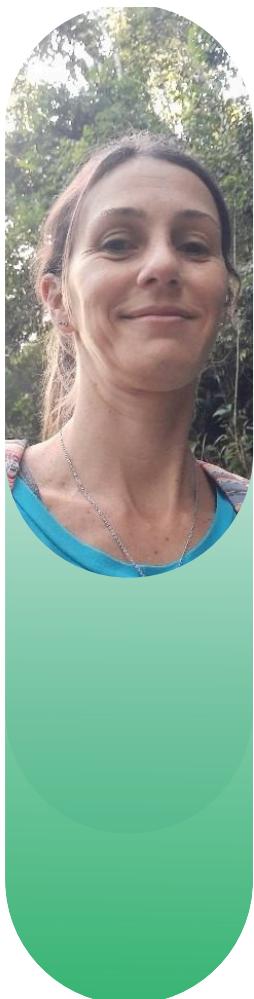


*** *Escuchar el clamor de la creación* ***

Reflexión mensual para profundizar en nuestra conversión ecológica

El clamor de la floresta

Simone Amaral, Animadora Laudato Si', Rio de Janeiro, Brazil.



Estaba recorriendo otro camino, perdido en una crisis existencial, buscando la verdad. Pasé de un grupo a otro —sectas, religiones, movimientos—, pero en el fondo seguía sintiéndome perdida.

Un día, alguien me invitó a ayudar a construir una iglesia. Pensé: «¡Qué maravilla! ¡Yo, ayudando a construir una iglesia!». Aunque estaba explorando otros caminos, cada vez que oía la palabra «iglesia», algo se removía en lo más profundo de mi alma. Me imaginaba nuestra hermosa Iglesia, la Iglesia de Jesucristo. Así que, llena de alegría, fui.

La jornada laboral tuvo lugar en la Mata Atlántica, en São Paulo. Tan pronto como llegué, me ofrecí para ayudar. Entramos en un claro donde se habían talado muchos árboles. Vi tocones por todas partes y sentí una profunda tristeza. Entonces alguien gritó: «¡Venid a ayudar!».

Sentí como una llamada, pero mirando atrás, me doy cuenta de que no todas las invitaciones a ayudar son buenas. A veces nos apresuramos a actuar sin preguntarnos qué es lo que Dios realmente quiere de nosotros. En aquel momento, todavía estaba muy perdida, y cuando estamos perdidos, a menudo acabamos con otros igual de perdidos, ciegos guiando a ciegos.





Me uní a otras cuatro personas —tres hombres y una mujer— que intentaban arrancar un árbol del suelo. «¡Ayúdanos!», me dijeron. Lo agarré con fuerza y sentí lo fuerte y profundamente arraigado que estaba. Mientras luchábamos, algo dentro de mí cambió. De repente, mi conciencia se iluminó. «¿Qué estoy haciendo?», pensé.

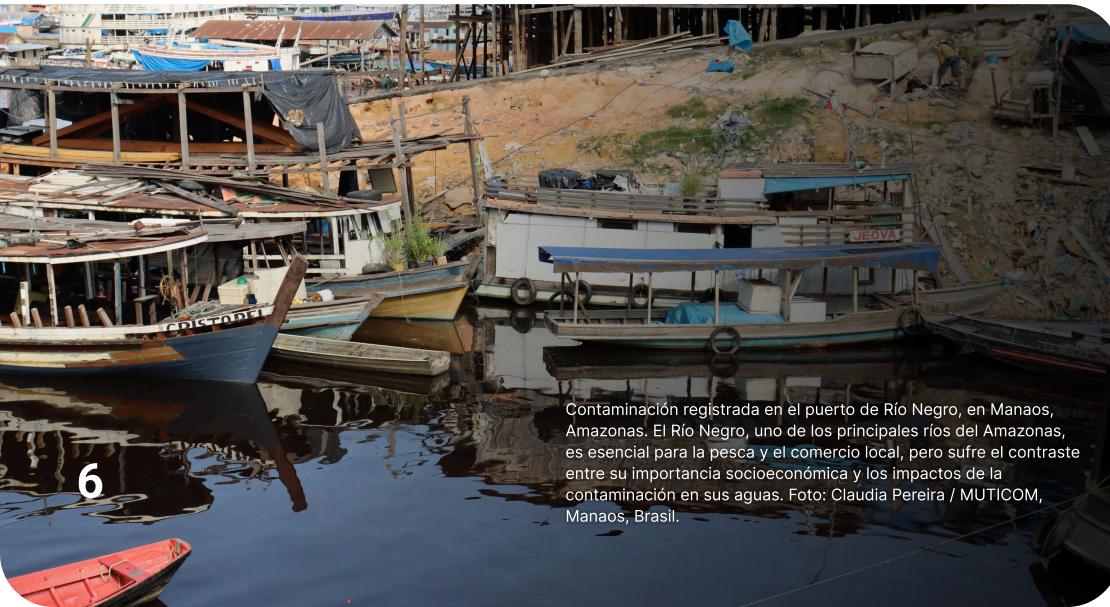
Solté el árbol y corrí hacia la floresta, con el corazón latiendo con fuerza y las lágrimas brotando de mis ojos. Cuanto más me adentraba, más claro lo veía todo. Empecé a ver la floresta, a verla de verdad. Árboles cortados a medias, heridos y apoyándose unos en otros para sostenerse. Sentí el dolor de la creación misma.

Entonces lo oí: el llanto de la floresta. Un sonido parecido al canto de las ballenas, pero más profundo, lleno de tristeza. Un lamento que se elevaba al cielo. Lloré con ella: por los árboles, por la tierra, por nosotros.

Grité: «¿Qué puedo hacer?». Lloré por nuestra crueldad, nuestra negligencia y mi propia ceguera. ¿Cómo pude ignorar esto? ¿Cómo no pude ver que soy parte de la creación, que respira conmigo, me alimenta, me da cobijo y refleja la belleza y el amor de Dios?

Ese día comprendí: la Tierra no es solo nuestro planeta, es nuestra casa común, nuestra hermana. Está clamando, esperando nuestra conversión, esperando que recordemos quiénes somos y de quién es la creación que compartimos.

Contaminación registrada en el puerto de Río Negro, en Manaos, Amazonas. El Río Negro, uno de los principales ríos del Amazonas, es esencial para la pesca y el comercio local, pero sufre el contraste entre su importancia socioeconómica y los impactos de la contaminación en sus aguas. Foto: Claudia Pereira / MUTICOM, Manaos, Brasil.





*** *Preguntas para
la reflexión* ***

- ¿Qué significa realmente para mí «ayudar» y cómo puedo discernir si mi ayuda está en consonancia con la voluntad de Dios y el cuidado de la creación?
- ¿De qué manera he ignorado los signos del sufrimiento de la Tierra y cómo puedo abrir mis ojos, mis sentidos y mi corazón para escucharla verdaderamente?
- ¿Cómo puedo vivir con mayor integridad y sencillez, como un árbol que ofrece sombra, sustento y belleza sin quejarse ni ser explotado?





Escuchar la llamada de la creación

Únete a la Cop 30 <https://laudatosimovement.org/cop30/>

En noviembre de 2025, los líderes mundiales se reunirán en Belém, Brasil, en el corazón de la Amazonía, para la COP30, la 30.^a Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Clima.

Para nosotros, como católicos, este es un momento sagrado para unirnos en el cuidado y la protección de nuestra casa común. La COP30 no es solo un hito político, es un llamamiento moral para defender la vida, garantizar la justicia y actuar con valentía en favor de la creación.

Sin embargo, los compromisos asumidos por los Estados —las contribuciones determinadas a nivel nacional (NDC)— siguen estando muy por debajo de lo que exigen la ciencia y la justicia. Por eso, tras la Conferencia «Brindando Esperanza por la Justicia Climática» celebrada en Castel Gandolfo, se pusieron en marcha las Contribuciones Determinadas de los Pueblos (PDC).



[RAISINGHOPE.EARTH/ES/ACCION/](https://raisinghope.earth/es/accion/)



Take Action

Únete al Camino hacia la COP30



Como creyentes, tenemos un papel especial que desempeñar para garantizar que la COP30 cree un futuro habitable para todos. He aquí lo que puedes hacer.

Allí, el **papa León XIV** nos recordó:

"Hay un héroe de acción entre nosotros: son todos ustedes, que trabajan juntos para marcar la diferencia".

Los PDC representan *la determinación moral y la acción práctica de personas de buena voluntad de todo el mundo, un movimiento global que convierte la esperanza en acción*.

Juntos, llevemos la voz del pueblo y el clamor de la Tierra a la COP30.



[SIGUE LA COP 30 COMO CATÓLICO/A AQUÍ.](#)



[Síguenos en Facebook](#)



[Síguenos en Instagram](#)



[Síguenos en Tiktok](#)



[Suscríbete a nuestro newsletter](#)

Esta guía de oración se elaboró con el apoyo del Equipo de Países de Habla Portuguesa, Simone Zerillo Amaral de Brasil, y el trabajo estratégico de Susana Salguero de El Salvador, el diseño de Marco Vargas de Ecuador, así como el trabajo de otros miembros del equipo de Comunicaciones repartidos por toda América y traductoras repartidas por todo el mundo.