



Iglesia de las
calatravas
Desde 1623



UNA GUÍA SENCILLA PARA EMPEZAR

7 días para rezar el Rosario

Una decena al día para contemplar a Jesús con María,
recuperar la paz y volver a poner a Dios en el centro.

No necesitas hacerlo perfecto. Solo empezar.

Antes de comenzar

El Rosario no es una carrera de palabras ni una fórmula mágica. Es una oración para mirar a Jesús junto a María. Mientras repites el avemaría, deja que un momento del Evangelio entre en tu vida.

Durante estos siete días rezarás **una sola decena** cada día. Son diez avemarías, un padrenuestro y un gloria. Puedes hacerlo en diez minutos, a solas, en familia, en una iglesia o camino del trabajo.

Cómo se reza una decena

1. Haz la señal de la cruz y ofrece ese rato por una intención concreta.
2. Lee el pasaje del Evangelio o la frase que propone esta guía.
3. Reza un padrenuestro.
4. Reza diez avemarías, recordando el misterio con sencillez.
5. Reza un gloria y termina con la oración breve del día.

Una clave importante

Si te distraes, no te enfades. Vuelve sin ruido a la frase del Evangelio o al nombre de Jesús. Rezar es volver a Él, una y otra vez.

María contempló a Jesús como nadie. Pídele que te enseñe a mirarlo, a escucharlo y a vivir como Él.

DÍA 1

Decir sí a Dios

Misterio: La Anunciación | **Evangelio:** Lc 1, 26-38

María recibe una noticia que cambia su vida. No tiene todas las respuestas, pero confía. Su sí no nace de tenerlo todo bajo control, sino de saberse en manos de Dios.

Para vivir hoy

Hoy entrega a Dios una preocupación que te cuesta soltar. No le pidas primero que cambie todo: pídele la gracia de confiar y de responder con amor a lo que hoy te toca vivir.

María, enséñame a decir sí a Dios. Dame una fe humilde y disponible para aceptar su voluntad, incluso cuando no vea el camino completo.

Ahora reza: 1 padrenuestro, 10 avemarías y 1 gloria.

DÍA 2

Servir con alegría

Misterio: La Visitación | Evangelio: Lc 1, 39-56

Después de recibir al Señor, María no se encierra en sí misma. Se pone en camino para ayudar a Isabel. La oración verdadera siempre ensancha el corazón y nos hace más disponibles para los demás.

Para vivir hoy

Piensa hoy en una persona a la que puedas acompañar: con una llamada, una disculpa, una visita, una ayuda concreta o una escucha sin prisa.

María, hazme atento a las necesidades de quienes tengo cerca. Que mi fe se convierta en servicio y mi servicio lleve un poco de alegría.

Ahora reza: 1 padrenuestro, 10 avemarías y 1 gloria.

DÍA 3

Encontrar a Dios en lo pequeño

Misterio: El nacimiento de Jesús | **Evangelio:** Lc 2, 1-20

Jesús nace en la pobreza de Belén. Dios no se impone con poder ni hace ruido: se acerca como un Niño que necesita ser acogido. María y José nos enseñan a adorarlo en lo sencillo.

Para vivir hoy

Mira hoy tu vida cotidiana: tu casa, tu trabajo, tus límites, tus tareas. Pídele a Jesús que te enseñe a encontrarlo ahí, no solo en los momentos extraordinarios.

Jesús, Niño de Belén, entra en mi vida tal como es. Dame un corazón sencillo para reconocerte, adorarte y cuidarte en los demás.

Ahora reza: 1 padrenuestro, 10 avemarías y 1 gloria.

DÍA 4

Hacer lo que Jesús nos diga

Misterio: Las bodas de Caná | **Evangelio:** Jn 2, 1-11

María ve una necesidad antes de que nadie se la explique. La presenta a Jesús y deja una frase que resume toda la vida cristiana: “Haced lo que Él os diga”.

Para vivir hoy

¿Qué palabra de Jesús necesitas tomar en serio hoy? Quizá perdonar, pedir ayuda, dejar una costumbre que te hace daño, ser generoso o volver a rezar.

María, ayúdame a escuchar a Jesús. Que no busque solo consuelo en la oración, sino la valentía de hacer lo que Él me pide.

Ahora reza: 1 padrenuestro, 10 avemarías y 1 gloria.

DÍA 5

Poner la angustia en manos de Dios

Misterio: La oración de Jesús en el huerto | **Evangelio:** Mt 26, 36-46

Jesús conoce la tristeza y el miedo. En Getsemaní no huye de lo que le duele: lo presenta al Padre. María permanece cerca de su Hijo con una fidelidad silenciosa.

Para vivir hoy

Nombra aquello que hoy te angustia. No hace falta disimular ante Dios. Reza esta decena sin prisa y deposita esa carga en sus manos.

Jesús, acompáñame en mi noche. María, Madre fiel, no dejes que me cierre en el miedo. Dame paz para caminar un día cada vez.

Ahora reza: 1 padrenuestro, 10 avemarías y 1 gloria.

DÍA 6

Volver a esperar

Misterio: La Resurrección del Señor | **Evangelio:** Mt 28, 1-10

La Resurrección no borra la Cruz, pero revela que el amor de Cristo es más fuerte que la muerte. Ninguna oscuridad tiene la última palabra cuando dejamos que Dios entre en ella.

Para vivir hoy

Da gracias hoy por una luz concreta: una persona, un perdón, una posibilidad, una pequeña alegría. Pide también esperanza para alguien que la haya perdido.

Jesús resucitado, renueva mi esperanza. Hazme testigo de tu vida en medio de mis dificultades y enséñame a llevar consuelo a los demás.

Ahora reza: 1 padrenuestro, 10 avemarías y 1 gloria.

DÍA 7

Recibir la fuerza del Espíritu Santo

Misterio: Pentecostés | Evangelio: Hch 2, 1-11

María ora con los discípulos mientras esperan al Espíritu Santo. No están preparados por sus propias fuerzas, pero Dios los llena de luz y los envía a anunciar el Evangelio.

Para vivir hoy

Termina esta semana pidiendo al Espíritu Santo que te haga más libre, más generoso y más fiel. Ofrece a Dios una decisión concreta para seguir rezando el Rosario.

Ven, Espíritu Santo. Con María, abre mi corazón a tu luz. Hazme valiente para amar, servir y llevar a Jesús a quienes encuentre.

Ahora reza: 1 padrenuestro, 10 avemarías y 1 gloria.

Las oraciones básicas

Padrenuestro

Padre nuestro, que estás en el cielo, santificado sea tu Nombre; venga a nosotros tu reino; hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo. Danos hoy nuestro pan de cada día; perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden; no nos dejes caer en la tentación, y líbranos del mal. Amén.

Avemaría

Dios te salve, María; llena eres de gracia; el Señor es contigo. Bendita tú eres entre todas las mujeres, y bendito es el fruto de tu vientre, Jesús. Santa María, Madre de Dios, ruega por nosotros, pecadores, ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén.

Gloria

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo. Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

No termines aquí.

Si esta semana te ha ayudado, elige un momento fijo para rezar una decena cada día. La fidelidad humilde hace crecer una amistad verdadera con Jesús y con María.

“María conservaba todas estas cosas y las meditaba en su corazón.”

Lc 2, 19