



21 DÍAS PARA VOLVER A LO ESENCIAL

*Un camino de oración, encuentro
y renovación a la luz del Evangelio*

ORACIÓN · REFLEXIÓN · RETO DIARIO · MÚSICA PARA EL ALMA

Querida familia:

Con alegría presentamos este devocional de **21 días**, preparado como un camino de encuentro con Jesucristo en medio de la vida cotidiana. Su propósito es ayudar a que la Palabra de Dios no permanezca únicamente en el templo o en un momento de oración, sino que ilumine nuestras decisiones, nuestras relaciones, nuestro matrimonio, nuestra familia y nuestro servicio cristiano.

Cada día ofrece una oportunidad sencilla para detenernos, escuchar a Dios y responderle con la vida. Las reflexiones están inspiradas en las lecturas de la celebración litúrgica correspondiente, porque la liturgia es el centro de la vida de la Iglesia y la fuente de la que brota su fuerza. Las devociones personales y familiares no sustituyen la participación en la Misa ni en los sacramentos; más bien, ayudan a prolongar su fruto en la vida diaria y deben conducirnos siempre hacia ellos. 1 2

La Iglesia reconoce el valor de la piedad popular cuando está en armonía con la liturgia, la Sagrada Escritura y las normas de la Iglesia. Por eso, este material busca unir oración, reflexión y compromiso concreto, evitando separar la fe de la vida. La Palabra de Dios ocupa un lugar central, pues la Escritura es fuente privilegiada e indispensable para alimentar la oración y purificar nuestras expresiones de fe. 3 4

Este devocional puede realizarse personalmente, en pareja, en familia o dentro de una comunidad. No pretende ofrecer respuestas automáticas ni reemplazar el acompañamiento pastoral, sino favorecer un encuentro diario con el Señor. Cada jornada contiene:

- **Un tema central**, relacionado con el Evangelio.
- **La referencia de la lectura bíblica**, para leer directamente el texto sagrado.
- **Una reflexión breve**, que ayuda a conectar la Palabra con la vida.
- **Una oración**, para responder a Dios desde el corazón.
- **Una imagen sugerida**, que puede apoyar la meditación o servir para elaborar materiales visuales.
- **Un reto concreto**, porque la fe cristiana se expresa en decisiones y acciones.
- **Una canción secular diferente**, elegida como recurso cultural para acompañar la reflexión y despertar preguntas, emociones o recuerdos. Estas canciones no sustituyen la oración ni poseen carácter litúrgico; son únicamente un apoyo para relacionar el mensaje del Evangelio con experiencias humanas universales.

- **Un espacio de nota personal y una pregunta para compartir**, destinados al diálogo interior y comunitario.

Se recomienda comenzar cada día haciendo silencio y pidiendo al Espíritu Santo una actitud abierta. Después, conviene leer lentamente el texto bíblico completo, meditar la reflexión y responder a la pregunta propuesta. El reto puede vivirse durante toda la jornada. Cuando se realice en pareja o en familia, es importante escuchar sin interrumpir, evitar juicios y permitir que cada persona comparta libremente lo que la Palabra suscita en ella.

El itinerario recorre temas como la misericordia, el perdón, la esperanza, la vocación, la cruz, la misión, la perseverancia y la confianza en Dios. No se trata solamente de acumular reflexiones, sino de permitir que Cristo transforme progresivamente nuestra manera de mirar, hablar, decidir y amar.

Que estos 21 días ayuden a recuperar el gusto por la oración, fortalezcan la vida familiar y hagan visible que la fe puede vivirse durante toda la semana: en el hogar, en el trabajo, en las responsabilidades cotidianas y en el servicio a los demás.

Que María, mujer de escucha y disponibilidad, acompañe este camino, y que cada participante pueda descubrir nuevamente que Dios sigue hablando, llamando y actuando en su historia.

Con esperanza en Cristo,

El equipo de oración y acción.

Devocional: 21 días de camino cristiano

DÍA 1 — Domingo 6 de septiembre

«El amor que cuida y corrige»

Evangelio: Mateo 18,15-20.

Palabra para el camino: La corrección cristiana busca sanar y recuperar al hermano, no humillarlo. El amor protege la verdad y construye la unidad.

Oración: Señor Jesús, enséñame a corregir sin herir, escuchar con humildad y buscar siempre la reconciliación. Amén.

Imagen sugerida: Dos personas conversando serenamente; entre ellas, una planta que comienza a crecer.

Reto: Ora por una relación que necesite reconciliación y da un paso prudente hacia la paz.

Canción: *Color esperanza* — Diego Torres.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué relación me invita Dios a cuidar con mayor verdad y amor?

DÍA 2 — Lunes 7 de septiembre

«Extiende tu mano»

Evangelio: Lucas 6,6-11.

Palabra para el camino: Jesús no excluye al herido; lo coloca en medio y le devuelve dignidad. La misericordia siempre busca restaurar y hacer el bien.

Oración: Señor, sana mis parálisis interiores y dame valor para extender la mano y servir. Amén.

Imagen sugerida: Una mano extendida hacia la luz que entra por una ventana.

Reto: Ayuda hoy a alguien sin esperar reconocimiento.

Canción: *Celebra la vida* — Axel.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué miedo me impide acercarme y servir?

DÍA 3 — Martes 8 de septiembre

«Dios prepara una morada»

Celebración: Natividad de la Bienaventurada Virgen María.

Evangelio: Mateo 1,1-16.18-23.

Palabra para el camino: Dios entra en una historia humana concreta, con luces y sombras. En María descubrimos que una vida sencilla y disponible puede convertirse en morada de la salvación.

Oración: Señor, prepara mi corazón para recibirte y hacer de mi vida un lugar donde habite tu amor. Amén.

Imagen sugerida: Una casa sencilla iluminada desde dentro.

Reto: Agradece a Dios por tres personas que forman parte de tu historia.

Canción: *Gracias a la vida* — Mercedes Sosa.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Cómo puede mi historia convertirse en un lugar para Dios?

DÍA 4 — Miércoles 9 de septiembre

«La alegría que nace de la pobreza»

Celebración: San Pedro Claver.

Evangelio: Lucas 6,20-26.

Palabra para el camino: Jesús llama felices a quienes ponen su confianza en Dios y no en las riquezas, el reconocimiento o el poder. San Pedro Claver vivió esta opción sirviendo a los más vulnerables.

Oración: Señor, libera mi corazón de todo aquello que ocupa tu lugar y hazme sensible ante los pobres. Amén.

Imagen sugerida: Una persona ofreciendo alimento a otra.

Reto: Realiza un servicio a alguien que normalmente pasa desapercibido.

Canción: *No dudaría* — Antonio Flores.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿En qué seguridad distinta de Dios estoy poniendo mi confianza?

DÍA 5 — Jueves 10 de septiembre

«El amor que no devuelve el mal»

Evangelio: Lucas 6,27-38.

Palabra para el camino: Amar a los enemigos no significa aprobar la injusticia, sino negarnos a dejar que el mal gobierne nuestro corazón.

Oración: Jesús, sana mi deseo de venganza y enséñame a responder al mal con el bien. Amén.

Imagen sugerida: Dos manos que sueltan piedras y se encuentran en un gesto de paz.

Reto: Bendice en tu oración a una persona que te haya herido.

Canción: *Paz* — Juanes.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué resentimiento necesito entregar a Dios?

DÍA 6 — Viernes 11 de septiembre

«Primero mira tu propio corazón»

Evangelio: Lucas 6,39-42.

Palabra para el camino: Antes de señalar los defectos ajenos, Jesús nos invita a reconocer nuestras propias heridas y limitaciones.

Oración: Señor, quita de mis ojos todo aquello que me impide mirar con verdad y humildad. Amén.

Imagen sugerida: Una persona frente a un espejo, con una Biblia abierta.

Reto: Reconoce ante Dios una actitud que necesitas cambiar.

Canción: *Aprendiz* — Malú.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué necesito dejar que Dios transforme primero en mí?

DÍA 7 — Sábado 12 de septiembre

«Una casa fundada sobre la roca»

Celebración: Santo Nombre de la Santísima Virgen María.

Evangelio: Lucas 6,43-49.

Palabra para el camino: No basta escuchar a Jesús; hay que poner su Palabra en práctica. La firmeza de nuestra vida se revela cuando llegan las dificultades.

Oración: Señor, edifica mi vida sobre tu Palabra y haz que dé frutos de bondad y unidad. Amén.

Imagen sugerida: Una casa firme sobre una roca en medio de una tormenta.

Reto: Cumple hoy una palabra buena que hayas dado.

Canción: *Resistiré* — Dúo Dinámico.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Sobre qué fundamento estoy construyendo mi vida?

DÍA 8 — Domingo 13 de septiembre

«Perdonar desde la misericordia recibida»

Evangelio: Mateo 18,21-35.

Palabra para el camino: El perdón cristiano nace de recordar cuánto hemos sido perdonados. No niega el daño, pero libera el corazón del deseo de venganza.

Oración: Señor, dame la gracia de perdonar paso a paso y no permitir que el resentimiento gobierne mi vida. Amén.

Imagen sugerida: Una cadena rota junto a una cruz iluminada.

Reto: Repite lentamente: «Señor, bendice a quien me ha herido y sana mi corazón».

Canción: *Perdóname* — Camilo Sesto.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué herida necesita comenzar un camino de perdón?

DÍA 9 — Lunes 14 de septiembre

«Mirar a Cristo levantado»

Celebración: Exaltación de la Santa Cruz.

Evangelio: Juan 3,13-17.

Palabra para el camino: La cruz manifiesta que el sufrimiento no tiene la última palabra. Cristo asume nuestras heridas y las transforma en camino de vida y esperanza.

Oración: Señor Jesús, recibe mis luchas y transfórmalas en esperanza. Amén.

Imagen sugerida: Una cruz iluminada al amanecer en medio de un paisaje desértico.

Reto: Detente ante una cruz y entrégale a Jesús una preocupación concreta.

Canción: *Todo cambia* — Mercedes Sosa.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué situación necesito mirar hoy a la luz de la cruz?

DÍA 10 — Martes 15 de septiembre

«Permanecer junto a la cruz»

Celebración: Nuestra Señora de los Dolores.

Evangelio: Juan 19,25-27.

Palabra para el camino: María permanece junto a Jesús cuando muchos han huido. A veces amar no significa resolver el sufrimiento, sino acompañar fielmente.

Oración: María, enséñame a permanecer junto a quienes sufren con compasión y fidelidad. Amén.

Imagen sugerida: María al pie de la cruz, iluminada por una luz suave.

Reto: Llama o visita a alguien que esté atravesando una dificultad.

Canción: *Amigo* — Roberto Carlos.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Junto a quién me invita Dios a permanecer?

DÍA 11 — Miércoles 16 de septiembre

«El amor es el camino más excelente»

Celebración: Santos Cornelio y Cipriano.

Evangelio: Lucas 7,31-35.

Palabra para el camino: Podemos rechazar a Dios criticando todas sus formas de acercarse. San Pablo recuerda que, sin amor, incluso los grandes dones pierden su valor.

Oración: Señor, abre mi corazón para reconocerte y vivir con paciencia, bondad y humildad. Amén.

Imagen sugerida: Una puerta entreabierta por la que entra la luz.

Reto: Practica hoy una actitud concreta de amor: paciencia, bondad, humildad o perdón.

Canción: *Eso que tú me das* — Jarabe de Palo.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿En qué aspecto necesito abrirme más a Dios?

DÍA 12 — Jueves 17 de septiembre

«Mucho ama quien mucho ha recibido»

Evangelio: Lucas 7,36-50.

Palabra para el camino: La mujer pecadora se acerca a Jesús con arrepentimiento y gratitud. Quien experimenta profundamente el perdón aprende también a amar profundamente.

Oración: Señor, gracias por tu misericordia. Líbrame de juzgar a los demás por su pasado. Amén.

Imagen sugerida: Un frasco de perfume abierto junto a una cruz.

Reto: Agradece a Dios por un perdón recibido y realiza un gesto de amor.

Canción: *Creo en ti* — Reik.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Vivo desde la misericordia recibida o desde el juicio?

DÍA 13 — Viernes 18 de septiembre

«La esperanza de la resurrección»

Evangelio: Lucas 8,1-3.

Palabra para el camino: Cristo resucitado transforma nuestra manera de vivir. Ya no caminamos dominados por el miedo, sino sostenidos por la esperanza.

Oración: Señor, fortalece mi esperanza y enséñame a poner mis dones al servicio de tu Reino. Amén.

Imagen sugerida: Un amanecer sobre un camino abierto.

Reto: Ofrece hoy tu tiempo o una capacidad para ayudar a alguien.

Canción: *Vivir mi vida* — Marc Anthony.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué gesto concreto expresa hoy mi esperanza?

DÍA 14 — Sábado 19 de septiembre

«La semilla que da fruto»

Evangelio: Lucas 8,4-15.

Palabra para el camino: La Palabra necesita un corazón dispuesto para echar raíces. Las preocupaciones, dificultades y deseos desordenados pueden impedir que madure.

Oración: Señor, haz de mi corazón una tierra buena, paciente y perseverante. Amén.

Imagen sugerida: Una semilla germinando en tierra fértil.

Reto: Dedica diez minutos a leer y meditar el Evangelio.

Canción: *Al final* — Lilly Goodman.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué está impidiendo que la Palabra dé fruto en mí?

DÍA 15 — Domingo 20 de septiembre

«La generosidad de Dios»

Evangelio: Mateo 20,1-16.

Palabra para el camino: Dios no mide como nosotros. Su bondad no es una competencia; su gracia alcanza también a quienes llegan tarde.

Oración: Señor, líbrame de la comparación y de la envidia. Enséñame a alegrarme por el bien de los demás. Amén.

Imagen sugerida: Un campo al amanecer con trabajadores llegando de distintos caminos.

Reto: Felicita sinceramente a alguien por una bendición o logro.

Canción: *Qué bello es vivir* — Jarabe de Palo.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Dónde necesito confiar más en la generosidad de Dios?

DÍA 16 — Lunes 21 de septiembre

«Levántate y sígueme»

Celebración: San Mateo, apóstol y evangelista.

Evangelio: Mateo 9,9-13.

Palabra para el camino: Jesús llama a Mateo en medio de su vida cotidiana. La vocación comienza cuando aceptamos levantarnos y seguir a Cristo, no cuando creemos ser perfectos.

Oración: Señor, llámame nuevamente y dame valentía para dejar aquello que me aleja de ti. Amén.

Imagen sugerida: Una persona levantándose de una mesa para seguir un camino iluminado.

Reto: Da un paso concreto para retomar una responsabilidad espiritual.

Canción: *A Dios le pido* — Juanes.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué necesito dejar para seguir más libremente a Jesús?

DÍA 17 — Martes 22 de septiembre

«Escuchar y poner en práctica»

Evangelio: Lucas 8,19-21.

Palabra para el camino: Jesús llama familia suya a quienes escuchan la Palabra y la cumplen. La fe se demuestra en decisiones concretas de justicia, servicio y amor.

Oración: Señor, que mi fe no se quede en intenciones; ayúdame a vivir tu Palabra cada día. Amén.

Imagen sugerida: Una Biblia abierta junto a unas manos trabajando.

Reto: Convierte hoy una enseñanza del Evangelio en una acción concreta.

Canción: *Manos* — Marta Sánchez.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué Palabra de Jesús necesito poner en práctica?

DÍA 18 — Miércoles 23 de septiembre

«Anunciar con sencillez»

Celebración: San Pío de Pietrelcina.

Evangelio: Lucas 9,1-6.

Palabra para el camino: Jesús envía a sus discípulos a anunciar, servir y sanar, sin apoyarse en seguridades excesivas. La misión nace de la confianza.

Oración: Señor, envíame como instrumento sencillo de tu paz y haz que mi vida anuncie el Evangelio. Amén.

Imagen sugerida: Una persona caminando con una pequeña luz en sus manos.

Reto: Comparte con alguien una palabra de esperanza.

Canción: *No estás solo* — Franco de Vita.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Cómo puedo anunciar hoy el Evangelio con mi vida?

DÍA 19 — Jueves 24 de septiembre

«Buscar a Jesús de verdad»

Celebración: Nuestra Señora de la Misericordia.

Evangelio: Lucas 9,7-9.

Palabra para el camino: Herodes quiere ver a Jesús, pero no necesariamente desea convertirse. También nosotros podemos buscarlo por costumbre o conveniencia sin permitir que nos transforme.

Oración: Señor, despierta en mí un deseo sincero de conocerte, seguirte y vivir tu misericordia. Amén.

Imagen sugerida: Una persona en silencio ante una ventana abierta a la luz.

Reto: Pregúntate en oración: «¿Qué busco realmente cuando busco a Jesús?»

Canción: *El privilegio de amar* — Mijares y Lucero.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Busco a Jesús para cambiar mi vida o solo para resolver mis problemas?

DÍA 20 — Viernes 25 de septiembre

«Todo tiene su tiempo»

Evangelio: Lucas 9,18-22.

Palabra para el camino: Cada etapa de la vida tiene su momento. Jesús nos invita a reconocerlo personalmente y a seguirlo también por el camino de la cruz.

Oración: Señor, ayúdame a aceptar el tiempo que estoy viviendo y a reconocerte en cada etapa. Amén.

Imagen sugerida: Un reloj junto a una cruz y una ventana con luz.

Reto: Pregúntate: «¿Quién es Jesús para mí hoy?»

Canción: *Tiempo al tiempo* — Jorge Drexler.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué me está enseñando Dios en esta etapa de mi vida?

DÍA 21 — Sábado 26 de septiembre

«Dejar que la Palabra penetre»

Celebración: Santos Cosme y Damián.

Evangelio: Lucas 9,43b-45.

Palabra para el camino: Los discípulos admiran a Jesús, pero todavía no comprenden el camino de la cruz. Seguirlo implica aceptar una entrega humilde y perseverante.

Oración: Señor, haz que tu Palabra penetre en mi corazón y dame valentía para seguirte también en el sacrificio. Amén.

Imagen sugerida: Una Biblia abierta junto a una cruz iluminada.

Reto: Renuncia hoy a una comodidad y ofrece ese sacrificio por alguien que necesite fortaleza.

Canción: *Volver a comenzar* — Café Tacvba.

Mi nota personal: _____

Pregunta: ¿Qué sacrificio concreto me pide hoy el seguimiento de Jesús?

Carta de cierre

Querida familia:

Al concluir este recorrido de 21 días, damos gracias a Dios por cada momento de oración, reflexión y encuentro con su Palabra. Este camino no termina aquí; más bien, nos invita a continuar viviendo diariamente lo que hemos descubierto junto a Cristo.

Durante estas jornadas hemos contemplado la misericordia, el perdón, la esperanza, la cruz, la vocación, el servicio y la misión. Cada lectura nos ha recordado que Jesús sigue llamándonos en medio de nuestra historia concreta y que su Palabra puede transformar nuestros hogares, nuestras relaciones y nuestras decisiones.

Los retos propuestos fueron pequeños pasos para llevar la fe a la vida. En ellos descubrimos que la oración auténtica siempre produce frutos: una palabra más paciente, un gesto de servicio, una reconciliación, una escucha atenta o una mayor confianza en Dios.

Que este devocional no se convierta solamente en un recuerdo, sino en una invitación a conservar un ritmo de oración personal y familiar. La participación en la liturgia, especialmente en la Eucaristía, debe seguir siendo el centro de nuestra vida cristiana, mientras que estas prácticas devocionales ayudan a prolongar en la vida cotidiana la gracia recibida.

Tal vez no todas las reflexiones hayan producido las mismas emociones ni respondido a las mismas necesidades. Sin embargo, cada persona puede conservar aquella palabra, oración o experiencia que Dios haya utilizado para hablarle de manera particular. La acción del Señor muchas veces es silenciosa y continúa madurando con el tiempo.

Ahora somos enviados a vivir como discípulos en nuestros ambientes concretos. El hogar puede ser un lugar de oración; el matrimonio, un espacio de perdón y entrega; la familia, una pequeña comunidad de fe; y cada responsabilidad cotidiana, una oportunidad para servir y anunciar el Evangelio.

Al cerrar estas páginas, hagamos también una pausa para reconocer los frutos recibidos:

- ¿Qué palabra de Dios me acompañó con mayor fuerza?
- ¿Qué actitud comenzó a cambiar en mí?
- ¿Qué relación necesita ahora mayor cuidado?

- ¿Qué compromiso deseo conservar después de estos 21 días?

Que María nos enseñe a guardar la Palabra en el corazón y a ponerla en práctica. Que el Espíritu Santo fortalezca nuestra perseverancia y que Jesucristo permanezca en el centro de nuestras familias, comunidades y decisiones.

El final de este devocional es, en realidad, el comienzo de una vida más consciente de la presencia de Dios. Sigamos caminando con esperanza, recordando que cada día puede convertirse en una nueva oportunidad para amar, servir, perdonar y comenzar de nuevo.

Con gratitud y esperanza en Cristo,

El equipo de oración y acción.