



Padre Eterno de mi alma: que mi primer pensamiento, hoy, sea dedicado a ti; que mi primer impulso sea adorarte; que mi primera palabra sea tu nombre; que mi primera acción sea arrodillarme ante ti en oración.

Te alabo y te adoro, oh Señor—

- Por tu perfecta sabiduría y perfecta bondad;
- Por el amor con que amas a la humanidad;
- Por el amor con que tú me amas;
- Por la grandiosa y misteriosa oportunidad de mi vida;
- Por el morar de tu Espíritu en mi corazón;
- Por los dones siete veces multiplicados de tu Espíritu,

No permitas, Señor, que cuando haga esta oración, piense que mi adoración ha terminado y pase el día sin acordarme de ti. Por el contrario, que de los momentos de quietud surja tu luz, y que el gozo y el poder tuyos permanezcan conmigo todas las horas del día:

- Manteniéndome casto en pensamiento;
- Manteniéndome comedido y veraz en mi hablar;
- Manteniéndome fiel y diligente en mi trabajo;
- Manteniéndome humilde en la auto-estimación personal;
- Manteniéndome honorable y generoso en mi trato con otras personas;
- Manteniéndome leal a cada recuerdo consagrado del pasado;
- Manteniéndome consciente de mi destino eterno como hijo tuyo.

Oh Dios, que has sido el Refugio de los creyentes a lo largo de muchas generaciones, sé mi Refugio hoy en todo momento y circunstancia y necesidad. Sé mi Guía a través de toda oscuridad y duda. Sé mi Guardián contra todo lo que amenace el bienestar de mi espíritu. Sé mi Fortaleza en tiempo de prueba. Alegra mi corazón con tu paz, por Jesucristo mi Señor. Amén.

A ti, que eres eterno, llevo mis pensamientos a medida que las horas de la oscuridad y del sueño comienzan. Oh Sol de mi alma, me regocijo al saber que durante la noche estaré bajo el ojo vigilante de Aquél que mora en la luz eterna.

A ti, oh Padre, encomiendo ahora mi cuerpo y mi alma. Durante todo el día me has cuidado y tu compañía ha llenado mi corazón de paz. Sé que en ningún momento de esta noche me fallará tu compañía.

- Concédeme un sueño profundo y reparador.
- Concédeme seguridad de todo peligro.
- Concédeme un descanso apacible; líbrame de malos sueños.
- Controla mis pensamientos, si he de desvelarme.
- Concédeme sabiduría para recordar que la noche fue hecha para descansar, y no para consentir pensamientos vergonzosos, preocupaciones e inquietudes; que en mi recogimiento, si no estoy dormido, sólo piense en ti.

“...Será saciada mi alma, y con labios de júbilo te alabará mi boca, cuando me acuerde de ti en mi lecho, cuando medite en ti en las vigiliass de la noche” (Salmo 63:5-6).

A tu cuidado también, oh Padre, encomiendo a mis amigos, suplicándote que los guardes en cuerpo y alma, y que estés presente en sus corazones esta noche como Espíritu de poder, de gozo y de tranquilidad. Oro por ... , por, y por También oro por el círculo más amplio de mis colegas, de mis compañeros de trabajo, de mis conciudadanos, y por todos aquéllos que habitan en la ciudad aunque no sean mis conocidos; y por el gran mundo de seres humanos que me son extraños y que tú amas, por Jesucristo el Señor de todos nosotros. Amén.