

# Unos minutos con Jesús cada día

¿Yo rezo? ¿Yo hablo con Jesús?  
¿O le tengo miedo al silencio?  
¿Dejo que el Espíritu Santo  
hable en mi corazón? Son  
palabras del Papa Francisco a  
los jóvenes, invitándoles a  
dedicar unos minutos del día a  
escuchar la voz de Jesús. “10  
minutos con Jesús” es una  
ayuda para conectar cada día  
con Él.

10/01/2020

## **46 países escuchando a Jesús, ¡súmate!**

Cada vez son más las personas que dedican 10 minutos diarios a hablar con Jesús con la ayuda de un audio que contiene la conversación de un sacerdote con Jesús en profunda reflexión. Este audio les llega a su celular a través de diferentes plataformas digitales, como WhatsApp, YouTube, Spotify, Telegram, Sprechere Instagram.

La iniciativa -que nació en España- cuenta hoy con 95 chats de WhatsApp en los que participan cerca de 19.000 personas de 46 países. En septiembre del 2018, se sumó “10 minutos con Jesús latinoamérica”. De este modo sacerdotes de distintos países de nuestro continente ayudan a hacer realidad el llamado del Papa a conectar con Jesús.

“La oración es hablar con Dios de tú a tú, por lo que el objetivo de estas breves meditaciones es llevar al oyente a conocer personalmente a Jesucristo, a conversar con Él, asimilar su mensaje y ponerlo en práctica en su vida cotidiana”, explica Magdalena Santa Cruz, integrante del equipo en Chile.

Se puede hablar con Jesús en todo lugar. Los que escuchan las meditaciones aseguran que lo hacen mientras se arreglan por las mañanas, preparan el desayuno, conducen o toman el bus rumbo al trabajo. Cientos de personas dan testimonio, a través de la página web, del cambio que han experimentado en sus vidas a raíz de estas consideraciones. Dice el Papa Francisco: «Hoy se nos plantea el desafío de responder adecuadamente a la sed de Dios de mucha gente; una sed que solo se sacia en la oración porque, en su raíz, la oración no es

una actividad humana sino divina”, enfatiza Magdalena Santa Cruz.

10 minutos con Jesús nació en España y luego se sumaron audios de sacerdotes de varios países latinoamericanos (10 min con Jesús AL).

## **La tecnología le hace un guiño a Jesús**

Fue una madre de familia española quien le pidió a un sacerdote que grabara algunas meditaciones en audio, para enviarla a sus alumnos e hijos durante la época de vacaciones. Se dio cuenta que aquello se empezaba a *viralizar*, y rápidamente un grupo de sacerdotes se organizó con la ilusión de transmitir a las personas el arte de hablar con Dios. En menos de una semana habían alcanzado a más de tres mil personas. Con la misma rapidez se replicó la idea en América Latina. En el caso de Ecuador, un sacerdote

empezó su propio grupo y en pocos días llegaron a ser miles los que recibían el audio. El equipo se fue ampliando por medio de otros sacerdotes que quisieron aportar desde Colombia, Argentina, Guatemala, México, Chile, Perú, Paraguay y Venezuela.

La necesidad de hablar con Dios se hace patente al ver cómo aumenta cada día el número de quienes oyen el audio: En Spotify hay 15.000 reproducciones al mes y en Instagram (@10minconjesusal) son 10.100 los seguidores.

Esta herramienta está al alcance de todas las personas.

Instagram [@10minconjesusal](#)

Spotify [10 minutos con Jesús América Latina](#)

[YouTube](#)

Spreaker

Telegram @diezminutos

.....

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-cl/article/unos-minutos-  
con-jesus-cada-dia/](https://opusdei.org/es-cl/article/unos-minutos-con-jesus-cada-dia/) (16/02/2026)