



En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.  
Amén.

Cristo, Rey nuestro.  
¡Venga tu Reino!

### **Oración preparatoria** *(para ponerme en presencia de Dios)*

Jesús, estoy de nuevo ante ti. Tú me conoces y sabes cómo me encuentro, cuáles son mis tristezas, alegrías, ilusiones y miedos. Todo lo pongo en tus manos. No quiero separarme de ti. Sólo en tus manos quiero encontrar mi verdadero hogar. Si muchas veces me voy de él, no te canses, te ruego, de esperarme con los brazos abiertos y haz que yo tampoco me canse nunca de regresar a ti, amado Jesús.

### **Evangelio del día** *(para orientar tu meditación)*

Del santo Evangelio según san Marcos 7, 14-23

En aquel tiempo, Jesús llamó de nuevo a la gente y les dijo: "Escúchenme todos y entiéndanme. Nada que entre de fuera puede manchar al hombre; lo que sí lo mancha es lo que sale de dentro". Cuando entró en una casa para alejarse de la muchedumbre, los discípulos le preguntaron qué quería decir aquella parábola. Él les dijo: "¿También son incapaces de comprender? ¿No entienden que nada de lo que entra en el hombre desde afuera puede contaminarlo, porque no entra en su corazón, sino en el vientre y después, sale del cuerpo?" Con estas palabras declaraba limpios todos los alimentos. Luego agregó: "Lo que sí mancha al hombre es lo que sale de dentro; porque del corazón del hombre salen las intenciones malas, las fornicaciones, los robos, los homicidios, los adulterios, las codicias, las injusticias, los fraudes, el desenfreno, las envidias, la difamación, el orgullo y la frivolidad. Todas estas maldades salen de dentro y manchan al hombre".

*Palabra del Señor*

**Medita lo que Dios te dice en el Evangelio**

Hoy, Jesús, me dices que no son los alimentos los que me manchan, sino lo que sale de mi corazón. Tú bien sabes las heridas que tengo y conoces hasta mis últimos escondrijos. Hay tantas cosas que están en mi corazón y que me lastiman; manchan tu imagen que hay en mí.

¡Ayúdame, Jesús! Sólo Tú eres capaz de sanar mi corazón herido por el pecado. Nadie más que Tú puede purificar mi interior, mis intenciones y deseos más profundos.

Quiero aprender de tu Sagrado Corazón, del cual sólo surge amor, perdón y misericordia.

Te suplico que formes en mí un corazón semejante al tuyo, del que no salga otra cosa que el amor que recibe de ti.

*«En nuestro tiempo, algunas orientaciones culturales ya no reconocen la huella de la sabiduría divina en las realidades creadas y tampoco en el hombre. La naturaleza humana, de este modo, queda reducida en materia, modelable según un diseño cualquiera. Nuestra humanidad, en cambio, es única y muy valiosa a los ojos de Dios. Por esto, la primera naturaleza que se debe custodiar, a fin de que dé fruto, es nuestra humanidad misma. Tenemos que darle el aire limpio de la libertad y el agua vivificante de la verdad, protegerla de los venenos del egoísmo y de la mentira. En el terreno de nuestra humanidad podrá brotar, entonces, una gran variedad de virtudes».*

(Homilía de S.S. Francisco, 3 de marzo de 2016).

## **Diálogo con Cristo**

*Ésta es la parte más importante de tu oración, disponte a platicar con mucho amor con Aquel que te ama.*

## **Propósito**

*Proponte uno personal. El que más amor implique en respuesta al Amado... o, si crees que es lo que Dios te pide, vive lo que se te sugiere a continuación.*

Hoy buscaré pensar bien de las personas que me rodean.

## **Despedida**

¡Cristo, Rey nuestro!  
¡Venga tu Reino!

Virgen prudentísima, María, Madre de la Iglesia.  
Ruega por nosotros.

En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.  
Amén.