



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, gracias por este momento que me permites estar en tu presencia. Aumenta mi fe. Ayúdame a creer con firmeza en tu amor y tu poder. Aumenta mi esperanza. Dame la gracia de confiarte a Ti todo mi ser, de abandonarme en tus amorosos brazos de Padre. Ayúdame a amarte cada día más, pero, ante todo, dame la gracia de experimentar el infinito amor que me tienes.

María, en estos últimos días de Adviento, ayúdame a preparar en mi corazón un lugar donde Jesús pueda nacer.

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

Del santo Evangelio según san Lucas 1, 39-45

En aquellos días, María se encaminó presurosa a un pueblo de las montañas de Judea, y entrando en la casa de Zacarías, saludó a Isabel. En cuanto ésta oyó el saludo de María, la creatura saltó en su seno.

Entonces Isabel quedó llena del Espíritu Santo, y levantando la voz, exclamó: "¡Bendita Tú entre las mujeres y bendito el fruto de tu vientre! ¿Quién soy yo, para que la Madre de mi Señor venga a verme? Apenas llegó tu saludo a mis oídos, el niño saltó de gozo en mi seno. Dichosa Tú, que has creído, porque se cumplirá cuanto te fue anunciado de parte del Señor".

Palabra del Señor.

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

María, te veo ir presurosa a donde está Isabel. Tú, que serás madre de Dios. Tú, que no tienes ninguna «obligación» de servir – pues también estás embarazada – te adelantas a las necesidades de los demás, ni siquiera esperas a que te lo pidan, vas presurosa y gustosa a ayudar...

¿Y yo?, ¿también me adelanto a las necesidades de los demás?, ¿o me tienen que rogar para que ayude? Y cuando ayudo, ¿cómo lo hago?, ¿presuroso y con alegría al igual que tú?, ¿o con cara de pepinillo en vinagre?

María, ayúdame a servir con alegría a los demás. Dile a tu Hijo que me arrepiento de no haber estado atento a las necesidades de los demás. Alcánzame la gracia de, a partir de ahora, estar atento a las necesidades de los que me rodean y de ayudar con alegría al igual que tú.

Isabel escuchó tu saludo y quedó llena del Espíritu Santo. ¡Qué lección tan grande me dan ambas! Por una parte, tú misma quedaste llena del Espíritu Santo cuando, no hace mucho tiempo, el ángel te saludara y te anunciara que serías la madre del Mesías. Por otra parte, Isabel ha sabido, en un simple saludo, descubrir en ti al Salvador del mundo y ha quedado, también ella, llena del Espíritu Santo. Las dos han sido capaces de descubrir la voz de Dios en una cosa tan cotidiana como lo es un saludo...

¡Cuántas veces yo no soy capaz de descubrir la voz del Señor en los momentos cotidianos de mi vida!

Madre, ¡no permitas que mi corazón se encierre en mí mismo!, ¡que no sea ciego ante las necesidades de los demás ni sordo ante la voz de Dios que me llama en lo cotidiano!

«María se puso en camino “de prisa...”. A pesar de las dificultades y de las críticas que pudo recibir, no se demora, no vacila, sino que va, y va “de prisa”, porque en ella está la fuerza de la Palabra de Dios. Y su actuar está lleno de caridad, lleno de amor: esta es la marca de Dios. María va a ver a Isabel, no para que le digan que es buena, sino para ayudarla, para ser útil, para servir. Y en este salir de su casa, de sí misma, por amor, se lleva lo más valioso que tiene: Jesús, el Hijo de Dios, el Señor. Isabel lo comprende inmediatamente: “¿Quién soy yo para que me visite la madre de mi Señor?”; el Espíritu Santo suscita en ella resonancias de fe y de alegría: “Pues, en cuanto tu saludo llegó a mis oídos, la criatura saltó de alegría en mi vientre”.»

(Discurso de S.S. Francisco, 31 de julio 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 voy a hacer un acto de caridad sin que nadie se dé cuenta.

### **Despedida**

Te damos gracias, Señor, por todos tus beneficios, a Ti que vives y reinas por los siglos de los siglos.

Amén.

¡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.