



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)*

Señor, eres mi Creador, mi Redentor y mi Padre. Sé que tienes algo que decirme hoy, pero necesito tu gracia para estar atento y escucharte. Que todos mis pensamientos y mis sentimientos se dirijan hacia Ti para alabarte y darte gloria. Y que por mi testimonio los demás se acerquen a Ti.

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

Del santo Evangelio según san Juan 1,47-51

En aquel tiempo, cuando Jesús vio que Natanael se acercaba, dijo: "Este es un verdadero israelita en el que no hay doblez". Natanael le preguntó: "¿De dónde me conoces?" Jesús le respondió: "Antes de que Felipe te llamara, te vi cuando estabas debajo de la higuera". Respondió Natanael: "Maestro, Tú eres el Hijo de Dios, Tú eres el rey de Israel". Jesús le contestó: "Tú crees, porque te he dicho que te vi debajo de la higuera. Mayores cosas has de ver". Después añadió: "Yo les aseguro que verán el cielo abierto y a los ángeles de Dios subir y bajar sobre el Hijo del hombre".

Palabra del Señor.

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

Todos tenemos una parte de nuestra vida que podríamos decir es secreta. Es decir, en nuestro corazón tenemos situaciones, sufrimientos y gozos que muchas personas no conocen y que, incluso, sólo nosotros conocemos. Es por ello que tienen mucho peso y repercusión en nuestra vida para bien y para mal.

Pero realmente creemos que eso permanece oculto a los ojos de Dios. Me refiero, sobre todo, a aquellos pecados o heridas que guardamos en nuestro corazón y que permanecen sin sanar porque creemos que nadie nos podría entender. Pero no es así. Dios, desde que nos creó, sabía del barro que estaríamos hechos y las caídas y las heridas que sufriríamos en nuestro camino por esta vida. Pero aun así nos ama. Y no sólo nos comprende y acepta con todo lo que somos, sino que también nos quiere sanar.

Sólo necesita que le abramos el corazón y aunque Él ya lo sabe lo que necesitamos o anhelamos, quiere escucharlo de nuestros labios. Quiere que confiemos en Él como el niño que se lanza del árbol a los brazos de su padre sabiendo que éste no permitirá que caiga al suelo y se lastime.

María, Madre nuestra, ayúdanos a comprender que sólo en Dios puede descansar nuestra alma. Que sólo con su amor podremos sanar; sólo con su amor podremos ser felices.

El Señor me espera, el Señor quiere que yo abra la puerta de mi corazón, porque Él está ahí y me espera para entrar. Sin condiciones. Claro que alguno podrá decir: "Pero, padre, a mí me gustaría pero ¡tengo muchas cosas feas dentro!". "¡Es mejor!" Porque te espera, así como eres, no como te dicen que se debe hacer. Se debe ser como eres tú. Te ama así, para abrazarte, besarte, perdonarte. Ve sin tardanza al Señor y dile: "Tú sabes, Señor, que yo te amo".

(Cf Homilía de S.S. Francisco, 8 de enero de 2016, en santa Marta).

## **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 en oración le contare lo más íntimo y secreto de mi alma a Jesús confiando y abandonándome en su amor.

## **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.