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)

. quiero estar contigo. Concédeme aquella gracia que más necesito y tal vez no me atrevo a pedirte. Aumenta mi fe, mi confianza en Ti y mi amor. Ayúdame a serte fiel y no dejarte solo. Inflama mi alma de celo apasionado por que más personas te conozcan, te amen y te sigan. Ayuda a todos mis familiares, amigos, conocidos y miembros del Regnum Christi para que podamos encontrarnos contigo y lograr una experiencia profunda y real de Ti y de tu amor.

Evangelio del día (para orientar tu meditación)

Del santo Evangelio según san Mateo 11, 25-30

En aquel tiempo, Jesús exclamó: "¡Te doy gracias, Padre, Señor del Cielo y de la Tierra, porque has escondido estas cosas a los sabios y entendidos, y las has revelado a la gente sencilla! Gracias, Padre, porque así te ha parecido bien.

El Padre ha puesto todas las cosas en mis manos. Nadie conoce al Hijo sino el Padre, y nadie conoce al Padre sino el Hijo y aquél a quien el Hijo se lo quiera revelar.

Vengan a mí, todos los que están fatigados y agobiados por la carga, y yo les daré alivio. Tomen mi yugo sobre ustedes y aprendan de mí, que soy manso y humilde de corazón, y encontrarán descanso, porque mi yugo es suave y mi carga ligera".

Palabra del Señor.

Medita lo que Dios te dice en el Evangelio

Hoy es la fiesta del Sagrado Corazón de Jesús. Tu corazón tiene mucho valor para mí. Es un corazón como el mío, un corazón de carne, un corazón que sufre, que se alegra, que palpita por amor a otros. Un corazón que padece por la infidelidad del amado, por la partida del hijo, por la traición del que le ha dado todo de sí. Un corazón que se alegra con la conversión del pecador, con la correspondencia del amante, con la fidelidad de sus discípulos, con el esfuerzo por la santidad de sus amigos. Un corazón que ama, que se enternece, que siente compasión.

¡Contemplando tu corazón aprendo tanto para mi vida! Aprendo el valor del sacrificio, el sentido del dolor, el verdadero amor, el cariño por los seres queridos, el auténtico perdón, la más pura caridad, la más profunda humildad, el más sincero respeto, el más alto temor divino, la más correcta autoestima, el mejor espíritu de donación.

En tu corazón encuentro la fuente de mi espiritualidad, la riqueza de mi oración, el centro de atracción de mi amor, el tesoro de dónde puedo obtener todo lo que necesito, el motivo de mi existencia, el precio que da valor a todas mis acciones.

Tu corazón es cofre de todas las virtudes humanas, de las mejores definiciones divinas; de los más altos retos para el hombre, de las más heroicas acciones de Dios. Tu corazón es para mí el punto de conexión de tu humanidad con la mía. Es el lugar de mayor intimidad entre Tú y yo. Es el fruto surgido del amor más grande que me hayas podido demostrar: el de mi Dios hecho carne por mí.

El palpitar de tu corazón es lo que bombea tu sangre vital a toda la Iglesia, y a mí, parte de tu cuerpo místico. Tu latir al unísono con el mío es el latido que marca el ritmo de mi día a día; es el incesante repetir de un "te amo, te amo, te amo"; es el medio de sentirte vivo y presente; es el pulso silencioso de Dios en mi alma.

Tu corazón es el modelo de mi corazón humano, aquel primer corazón modelado en el pecho de Adán y Eva, y que con el pecado se fue convirtiendo en corazón de piedra. Tu corazón es arca de todas las virtudes; es carne y sangre de hombre que se mezcla con la divinidad.

En tu corazón encuentro conforto para mis penas, consuelo para mis dolores, calor y fervor para mi tibieza, descanso para mi cansancio, salud para mi enfermedad, gracia para mi pecado, perdón para mis ofensas, misericordia para mis delitos, ejemplo para todas mis situaciones, ternura para mis asperezas, valentía para mis temores, fortaleza para mis debilidades, respuesta a mis interrogantes, razones para mis dudas, motivos para mis incredulidades, afirmación para mis inconsistencias, autenticidad para mi incoherencia, paciencia para mis depresiones, sencillez para mis complicaciones, verdad para mis falsedades, luz para mis tinieblas, sabor para mi aburrimiento, amor para mi sed de amor, libertad para mis esclavitudes, seguridad para mis inseguridades…

¡Jamás me pudiste haber dado tesoro más sublime que tu corazón, oh Jesús!

Jesús manso y humilde de corazón. Haz mi corazón semejante al tuyo.

"Dios nos da la gracia, la alegría de celebrar en el corazón de su Hijo las grandes obras de su amor. Se puede decir que hoy es la fiesta del amor de Dios en Jesucristo, del amor de Dios por nosotros. Hay dos aspectos del amor. Primero, el amor está más en el dar que en el recibir. El segundo: el amor está más en las obras que en las palabras. Cuando decimos que está más en el dar que en el recibir, es porque el amor se comunica: siempre comunica. Y es recibido por el amado. Y cuando decimos que está más en las obras que en las palabras, es porque el amor siempre da la vida, hace crecer. Para entender el amor de Dios, el hombre tiene que buscar una dimensión inversamente proporcional a la inmensidad: es la pequeñez, "la pequeñez del corazón"." (Homilía de S.S. Francisco, 27 de junio de 2014, 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 haré varias veces durante el día la jaculatoria: "Sagrado Corazón de Jesús. En Ti confío."

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.