



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)*

"Te amo, oh Dios mío, y mi único deseo es amarte hasta el último aliento de mi vida. Te amo, oh mi infinitamente amable Dios, y prefiero morir amándote, que vivir sin amarte. Te amo, Señor, y la única gracia que te pido es amarte eternamente. Dios mío, si mi lengua no puede decir en cada momento que te amo, quiero que mi corazón te lo repita tan a menudo como tengo aliento." *(Oración de San Juan María Vianney)*

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

Del santo Evangelio según san Juan 6,16-21

Al atardecer del día de la multiplicación de los panes, los discípulos de Jesús bajaron al lago, se embarcaron y empezaron a atravesar hacia Cafarnaúm. Ya había caído la noche y Jesús todavía no los había alcanzado. Soplaba un viento fuerte y las aguas del lago se iban encrespando.

Cuando habían avanzado unos cinco o seis kilómetros, vieron a Jesús caminando sobre las aguas, acercándose a la barca, y se asustaron. Pero él les dijo: "Soy yo, no tengan miedo". Ellos quisieron recogerlo a bordo y rápidamente la barca tocó tierra en el lugar a donde se dirigían.

Palabra del Señor.

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

Contigo, Señor, no tengo nada que temer. Puede ser que la tormenta me esté ahogando, que las olas parezcan devorarme, que la oscuridad me quiera robar la

esperanza, que la desesperación invada mi alma... pero si Tú estás conmigo nada temo.

Hoy me dices que no tema, que eres Tú, que ahí estás siempre cuando más te necesito, cuando menos entiendo, cuando el dolor me empaña la vista. No temer es confiar que Tú siempre, siempre me acompañas, me cuidas, me proteges, me guías.

¡Qué difícil es encontrarte en medio de la tentación, de la tormenta, de la dificultad! En este pasaje me enseñas que no sólo estás presente en mis malos momentos, sino que incluso caminas sobre ellos, que te vales de ellos para venir a mí, que son instrumentos de tu acción en mi vida.

Tú caminas sobre las aguas de mi soledad, de mi tristeza, de mis frustraciones, sobre las aguas de mi desempleo, de mi incompreensión, de mi desilusión. Sólo me pides fe para creer que Tú siempre estás, para que no tema, para que confíe en tu amor que me es fiel y me sostiene.

Dios habla como el padre al hijo. Cuando el padre quiere hablar al hijo empequeñece la voz y también busca hacerla más parecida a la del niño. Cuando el padre habla con el hijo parece que hace el ridículo, porque se vuelve niño: esto es la ternura. Por eso Dios nos habla así, nos acaricia así: "No temas, gusano, larva, pequeño". De tal modo que parece que nuestro Dios quiera cantarnos una canción de cuna. Nuestro Dios es capaz de esto, su ternura es así: es padre y madre.

(Homilía de S.S. Francisco, 14 de diciembre de 2017).

## **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.*

Cuando tenga una incomodidad o dificultad pensaré en Ti, que estás a mi lado para ayudarme.

### **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.