



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, purifica mi corazón, dame un corazón nuevo. Quítame el corazón de piedra y dame un corazón de carne para que sepa amar. Ayúdame a darme cuenta del gran amor que Tú me tienes para que aprenda a ser un hermano con mis hermanos. Quiero gozar, en este momento, del gran amor que me tienes para después llevar esta experiencia de tu amor a los que están necesitados de ti.

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: “¿Ustedes 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.

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});

Medita lo que Dios te dice en el Evangelio.

¿Qué es lo que pasa cuando pensamos mal de alguien o lo criticamos? ¿De dónde vienen esos sentimientos negativos? ¿Por qué vemos de forma distinta los defectos del amigo y los defectos del vecino del cual ya estamos cansados? ¿Qué pasaría si en lugar de centrarnos en los aspectos negativos y los defectos de alguien viésemos sus cualidades? Y con estas preguntas nos podemos dar cuenta que muchas veces la visión del mundo parte de nuestro interior. Podemos ver las cosas con un espíritu positivo o podemos ver todo de forma oscura.

Por eso es necesario renovar nuestro corazón y hacerlo como el de un niño. Dejar a un lado nuestros intereses y amar con un corazón puro. Pienso que los niños nos enseñan muchas cosas, a ser felices; a ver las cosas con sencillez y no hacernos líos; a saber reír de uno mismo y a perdonar. Los niños son grandes porque no se quedan encerrados en sus problemas sino que saben abrir el corazón para recibir a todos, sea quien sea y piense como piense.

Jesús, dame un corazón que sepa amar sin cálculos ni medidas. Un corazón que no se limite ante las dificultades sino que sepa abrir el corazón a todos, sin temor a ser herido o humillado. Un corazón con buen humor para que sepa ver mis propias flaquezas y reírme de ellas. Un corazón inteligente que sepa ver en el otro no una barrera sino un amigo y un compañero. Un corazón que sepa dar y ver en los demás a hermanos necesitados de un consejo o un abrazo. Un corazón de niño.

«De diversos modos la Sagrada Escritura nos dice que las intenciones buenas y malas no entran en el hombre desde el exterior, sino que brotan de su “corazón”. “De dentro —afirma Jesús—, del corazón de los hombres, salen las intenciones malas”. En la Biblia, el corazón es el órgano no sólo de los afectos, sino también de las facultades espirituales, la razón y la voluntad, es la sede de las decisiones, del modo de pensar y de obrar. La sabiduría de las elecciones, abierta al movimiento del Espíritu Santo, compromete también el corazón. De aquí nacen las obras buenas, pero también las que son fruto de una equivocación, cuando se rechaza la verdad y las sugerencias del Espíritu».

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

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});

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, Jesús, voy a vivir viendo lo positivo de todos. Voy a tratar a los demás con especial delicadeza y si alguien me cae mal pasaré un tiempo con él.

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.