



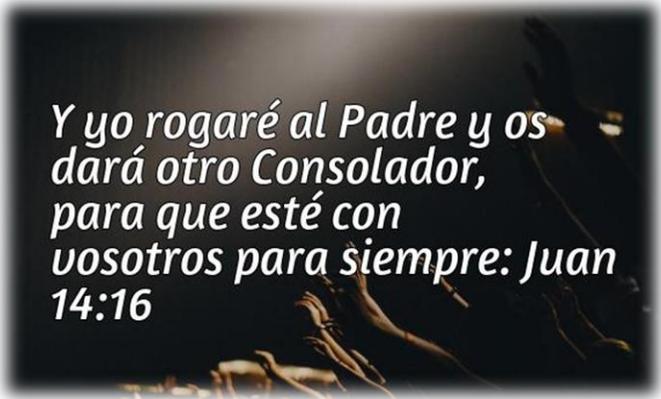
Lectura del Santo Evangelio según san Juan 14,15-21:

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos: «**Si me amáis, guardaréis mis mandamientos. Y yo le pediré al Padre que os dé otro Paráclito, que esté siempre con vosotros, el Espíritu de la verdad. El mundo no puede recibirlo, porque no lo ve ni lo conoce; vosotros, en cambio, lo conocéis, porque mora con vosotros y está en vosotros. No os dejaré huérfanos, volveré a vosotros. Dentro de poco el mundo no me verá, pero vosotros me veréis y viviréis, porque yo sigo viviendo. Entonces sabréis que yo estoy en mi Padre, y vosotros en mí y yo en vosotros. El que acepta mis mandamientos y los guarda, ese me ama; y el que me ama será amado por mi Padre, y yo también lo amaré y me manifestaré a él.**»

EN LA CONTEMPLACIÓN, NO OLVIDES SEGUIR EL ESQUEMA IGNACIANO

- 1º. Ponte en **PRESENCIA DE DIOS**. Invoca a LA VIRGEN MARÍA y pide luz al ESPÍRITU SANTO
- 2º. **OFRECE** todo el día al Señor con las oraciones habituales y la ORACIÓN PREPARATORIA
- 3º. Lee muy despacio el Evangelio de este domingo, y para meditarlo bien, sigue después los **PUNTOS** que se proponen para considerar en la contemplación
- 4º. Habla con la Virgen y con el Señor, en **COLOQUIO** de amor
- 5º. No olvides hacer un pequeño **EXAMEN** al final de la oración.

El Evangelio de este domingo, en continuación con el del pasado, nos lleva de nuevo al Cenáculo, que ha sido convertido por el Corazón de Jesús, en el lugar de sus confidencias divinas. Es un momento cumbre en el que Jesús quiere no solo despedirse de sus discípulos, sino, además, **abrirles su Corazón** en un desahogo divino que nos resulta conmovedor.



Y yo rogaré al Padre y os dará otro Consolador, para que esté con vosotros para siempre: Juan 14:16

Por eso ha empezado diciéndoles: "*Ardientemente he deseado comer esta cena con vosotros antes de padecer*". En este momento conmovedor y dramático que es la Última cena de Jesús con sus amigos, el evangelista Juan, testigo presencial, recoge de boca y del Corazón del Señor para nosotros sus últimas enseñanzas, antes de la Pasión y de la muerte. Jesús en el Cenáculo no sólo pronunció palabras. También **tuvo gestos de humildad increíbles** (como lavar los pies a los discípulos, llamarlos amigos); y, llegando al colmo de su amor, instituyó la Eucaristía, como regalo admirable y divino, alimento de nuestras almas y tesoro para la vida de la Iglesia.

Son palabras, sentimientos, regalos y enseñanzas de Jesús que debemos considerar en nuestra oración personal con especial atención, amor y agradecimiento en nuestro corazón. Aunque estaban dirigidas a los Apóstoles, en cierto sentido **se dirigen a todos...** Hoy las volvemos a escuchar como una invitación a vivir cada vez con mayor coherencia, nuestra vocación en la Iglesia...

Debemos acogerlas con fe y amor. Dejemos que se graben en vuestro corazón; dejemos que nos acompañen a lo largo del camino de nuestra vida. No las olvidemos; no las perdamos por el camino. Releámoslas, meditémoslas con frecuencia y, sobre todo, oremos con ellas. Nos ayudarán a permanecer fieles al amor de Cristo y nos daremos cuenta, con alegría continua, de que su palabra divina «camina» con vosotros y «crece» en vosotros.

Consideremos en nuestra oración y meditemos los siguientes puntos, sacados de este evangelio:

1. «Si me amáis...».

“Si me amáis...” ¡qué delicada manera de expresarnos sus deseos! Jesús respeta nuestra libertad totalmente... Y sin embargo se palpan los anhelos interiores que nacen de su Corazón grande, inabarcable y divino... Tiene grandes deseos de que le amemos, de que correspondamos a su Amor. “Si me amáis...” Palabras dulces y llenas de respeto por nosotros, pero que dejan traslucir una sed ardiente de correspondencia por nuestra parte. Cuando amamos mucho a una persona, lo que deseamos es que nos corresponda en el amor. Pero **lo que nos ama Dios es inconmensurable, amor ardiente del Corazón de Jesús que llega a mendigar nuestro amor:** “*Mirad que estoy a la puerta llamando; si alguno me abre, entraré y cenaremos juntos...*”. Eso hace Jesús conmigo: llamar a mi corazón y **esperar a que le abra la puerta** para entrar en mi vida y llenarme de sus gracias, de sus consuelos, de sus inmensos regalos.

“Si me amáis...”, nos dice el Señor... Tiene poder para mandarnos que le amemos (de hecho es el primer mandamiento), pero **nos deja libres para que nuestro amor por Él sea verdadero.** “*Escucha Israel, el Señor nuestro Dios es el único Dios... Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con todas tus fuerzas...*” Y, sin embargo, ¡qué mal y qué poco le amamos, qué poco conocemos su amor...!

Parece que Jesús me quiere decir: Hijo, “si me amas...” serás feliz, tendrás paz, sentirás mi consuelo y mi ayuda, experimentarás la delicia de mi compañía, tendrás la esperanza del cielo, pasarás por la vida con la certeza de tener un Dios que en cada momento está pendiente de ti, cuidándote y bendiciéndote...

Termina Jesús este evangelio prometiéndonos el gran regalo que hace a los que le aman: «*Al que me ama, lo amaré mi Padre, y yo también lo amaré y me revelaré a él*».

Puedes rezar esta oración a Jesús, es un precioso **acto de amor a él**, que lo rezaba con frecuencia el Santo Cura de Ars:

Te amo, Dios mío, y mi único deseo es amarte hasta el último suspiro de mi vida.

Te amo, Dios mío, infinitamente amable, y prefiero morir amándote que vivir un solo instante sin amarte.

Te amo, Dios mío, y sólo deseo ir al Cielo para tener la felicidad de amarte perfectamente.

Te amo, Dios mío, y sólo temo el infierno porque en él no existirá nunca el consuelo de amarte.

Dios mío, si mi lengua no puede decir en todo momento que te amo, al menos quiero que mi corazón te lo repita cada vez que respiro.

Dame la gracia de sufrir amándote, de amarte en el sufrimiento y de expirar un día amándote y sintiendo que te amo.

A medida que me voy acercando al final de mi vida te pido que vayas aumentando y perfeccionando mi amor. Amén.

2. «No os dejaré huérfanos. Os enviaré otro Paráclito»

“Jesús promete a sus amigos, en ese momento triste, oscuro, que, después de Él, recibirán «otro Paráclito». Esta palabra significa otro «Abogado», otro Defensor, otro Consolador: «el Espíritu de la verdad»; y añade: **«no os dejaré huérfanos: volveré a vosotros»**. Estas palabras transmiten la alegría de una nueva venida de Cristo: Él, resucitado y glorificado, vive en el Padre y, al mismo tiempo, viene a nosotros en el Espíritu Santo. Y en esta su nueva venida se revela nuestra unión con Él y con el Padre: «comprenderéis que yo estoy en mi Padre y vosotros en mí y yo en vosotros»” (Papa Francisco, 21.5.17)

“Jesús mismo es quien promete que pedirá al Padre que mande a los suyos el Espíritu, definido «otro Paráclito» (Jn 14, 16), término griego que equivale al latino *ad-vocatus*, abogado defensor. En efecto, el primer Paráclito es el Hijo encarnado, que vino para defender al hombre del acusador por antonomasia, que es satanás. En el momento en que Cristo, cumplida su misión, vuelve al Padre, **el Padre envía al Espíritu como Defensor y Consolador**, para que permanezca para siempre con los creyentes, habitando dentro de ellos. Así, entre Dios Padre y los discípulos se entabla, gracias a la mediación del Hijo y del Espíritu Santo, una relación íntima de reciprocidad: «Yo estoy en mi Padre, vosotros en mí y yo en vosotros», dice Jesús (Jn 14, 20). (Benedicto XVI, 27.4.08).

¡Otro Paráclito...! Es decir, otro Abogado, otro Consolador... Porque Tú, Jesús eres el primer consolador y abogado. Has pasado por la vida haciendo el bien y consolándonos a todos; has mirado con compasión y con misericordia a los enfermos, a los pecadores, a las multitudes hambrientas y necesitadas,... El corazón se te iba detrás de los que sufrían, de los niños, de los pobres, de los abandonados... Has consolado a las madres viudas, a los ciegos, a los leprosos incurables... Pero has cumplido ya el encargo que el Padre te dio, y antes de volver al Cielo, nos prometes que seguirás con nosotros, porque nos enviarás “otro” consolador... ¡el Espíritu Santo!, Tu mismo espíritu, que **obrará maravillas en los corazones de tus fieles**.

Gracias, Jesús, por pensar tanto en nosotros y en lo que necesitamos para abrirnos a tu gracia, a tu salvación. ¡Qué bueno es, señor, tu Espíritu...! Es el dulce Huésped del alma, que entra hasta los repliegues más íntimos de nuestros corazones y los ilumina, purifica, y los embellece con las virtudes.

A Él rezamos y suplicamos su presencia amorosa:

Ven, dulce Huésped del alma, descanso de nuestro esfuerzo, tregua en el duro trabajo, brisa en las horas de fuego, gozo que enjuga las lágrimas y reconforta en los duelos.

Entra hasta el fondo del alma, divina luz, y enriquécenos. Mira el vacío del hombre, si tú le faltas por dentro; mira el poder del pecado, cuando no envías tu aliento.

Riega la tierra en sequía, sana el corazón enfermo, lava las manchas, infunde calor de vida en el hielo, doma el espíritu indómito, guía al que tuerce el sendero.

Reparte tus siete dones, según la fe de tus siervos; por tu bondad y tu gracia, dale al esfuerzo su mérito; salva al que busca salvarse y danos tu gozo eterno. Amén

Saborea también estas oraciones de la liturgia:

1. Oh Dios, que has iluminado los corazones de tus hijos con la luz del Espíritu Santo, haznos dóciles a sus inspiraciones para gustar siempre el bien y gozar de su consuelo para siempre. Por Jesucristo Nuestro Señor.

2. Oh Dios, que penetras el corazón y el pensamiento de los hombres y no hay para Ti secreto alguno, purifica, por el Espíritu Santo, los impulsos de nuestro corazón, para que merezcamos amarte y alabarte sobre todas las cosas. Por Jesucristo Nuestro Señor.
3. Oh Dios, cuyo Espíritu nos gobierna y nos protege, atiende misericordioso nuestras súplicas, para que la fe de los que creemos en Ti se afiance al recibir tus beneficios. Por Jesucristo Nuestro Señor.

3. «El que acepta mis mandamientos y los cumple, es el que me ama»

“Jesús dice en el Evangelio de hoy: *«El que acepta mis mandamientos y los guarda, ése es el que me ama, y el que me ame, será amado de mi Padre; y yo le amaré y me manifestaré a él»*. Es el amor que nos introduce en el conocimiento de Jesús, gracias a la acción de este «Abogado» que Jesús nos ha enviado, es decir el Espíritu Santo. El amor a Dios y al prójimo es el mandamiento más grande del Evangelio. **El Señor hoy nos llama a corresponder generosamente a la llamada evangélica, al amor**, poniendo a Dios en el centro de nuestra vida y dedicándonos al servicio de los hermanos, especialmente a los más necesitados de apoyo y consuelo” (Papa Francisco)

El amor no puede quedarse en palabras. Si es así, no es verdadero amor. **Son las obras las que demuestran si amamos o no.** Las palabras se la lleva el viento.

“Hijos míos, no amemos de palabra ni de lengua, sino de hecho y en verdad” (I Jn 3,18). El que cumple mis mandamientos, ese me ama, dice Jesús en otro momento.

Yo Señor, quiero amarte de verdad, con la vida, como los santos, como los mártires, que no se quedaron en palabras, sino que llegaron a entregar su vida entera por Ti, hasta derramar –los mártires- hasta la última gota de su sangre por amor a Ti. Eso sí que es amor grande, Porque **“nadie tiene amor más grande que el que da la vida por sus hermanos”**.

Tú sabes, Jesús, lo débil que soy. Pero quiero amarte de verdad. Dame tu gracia y tu amor. Te digo con San Agustín: “Dame lo que me pides, y pídemelo lo que quieras”.

“Oh Dios eterno y misericordioso, concédenos amarte con todo el corazón y que nuestro amor alcance a todos los hombres”.

OTRAS ORACIONES

OH ESPÍRITU SANTO, AMOR DEL PADRE Y DEL HIJO (Cardenal Jean Verdier)

Oh Espíritu Santo, Amor del Padre y del Hijo, inspírame siempre lo que debo pensar, lo que debo decir, cómo debo decirlo, lo que debo callar, cómo debo actuar, lo que debo hacer, para gloria de Dios, bien de las almas y mi propia santificación.

Espíritu Santo, dame agudeza para entender, capacidad para retener, método y facultad para aprender, sutileza para interpretar, gracia y eficacia para hablar.

Dame acierto al empezar, dirección al progresar, y perfección al acabar. Amén.

TARDE TE AMÉ (San Agustín)

¡Tarde te amé, Hermosura tan antigua y tan nueva, tarde te amé! Y tú estabas dentro de mí y yo afuera, y así por fuera te buscaba; y, deforme como era, me lanzaba sobre estas cosas hermosas que tú creaste. Tú estabas conmigo, mas yo no estaba contigo. Reteníanme lejos de ti aquellas cosas que, si no estuviesen en ti, no existirían. Me llamaste y clamaste, y quebrantaste mi sordera; brillaste y resplandeciste, y curaste mi ceguera; exhalaste tu perfume, y lo aspiré, y ahora te anhelo; gusté de ti, y ahora siento hambre y sed de ti; me tocaste, y deseé con ansia la paz que procede de ti.