

# tresmas dos



Brazil

## 2014

Copa do Mundo da FIFA

# Brasil™



## JUNIO



## ¿Cómo se hace un rato de Oración Mental?

Tranquilo. No se te va a aparecer un Ángel ni nada parecido. Hacer oración es muy sencillo. Te pones en presencia de Dios, ahí, donde estés, saboreando la oración de *Al comenzar...* Sirve para *sintonizar*. Después lees los textos seleccionados del Evangelio del día y dejas correr la cabeza y el corazón. Jesús, sin ruido de palabras, te hablará, te dirá cosas estupendas. Terminas dándole las gracias y se acabó. Fácil, ¿no?

**Al comenzar la Oración:** Por la Señal de la Santa Cruz... Señor mío y Dios mío, creo firmemente que estás aquí; que me ves, que me oyes. Te adoro con profunda reverencia; te pido perdón de mis pecados y gracia para hacer con fruto este rato de oración. Madre mía Inmaculada, San José mi Padre y Señor, Ángel de mi Guarda, interceded por mí.

**Al terminar la Oración:** Te doy gracias Dios mío, por los buenos propósitos, afectos e inspiraciones, que me has comunicado en esta meditación. Te pido ayuda para ponerlos por obra. Madre mía Inmaculada, San José mi Padre y Señor, Ángel de mi Guarda, interceded por mí.

# Modo de empleo del 3+2 ®

**Propiedades:** El 3+2 es un producto especialmente diseñado para ayudar a crecer en amistad con Jesús. Fomenta el trato con Dios y el conocimiento propio. Previene la superficialidad y la tibieza.

**Indicaciones:** Personas jóvenes, dotadas de espíritu deportivo, grandes ideales y preocupación por los demás.

**Dosis:** Individualizada. Se comienza con 3 minutos de lectura y 2 para hablar con Jesús: 5 minutos. Poco a poco se va aumentando hasta los 10 minutos o más...

**Contraindicaciones:** Su consumo no es apto para *mayores*, alérgicos al compromiso, miedosos, inmaduros, egoístas ni perezosos.

**Efectos Secundarios:** Aumenta la intimidad con Dios, provoca alegría contagiosa, ganas de aprovechar el tiempo, sacar buenas notas, disminución de las peleas en casa, sonrisa permanente, anhelos de santidad.

---

**Nota:** En el mercado existen otros productos similares. El 3+2 es uno más. Actúa como las lentejas, *si quieres las comes o si no las dejas* (consulte con su *Médico del alma*).

Mientras ellos miraban, se elevó, y una nube lo ocultó a sus ojos. Cuando estaban mirando atentamente al cielo mientras Él se iba, se presentaron junto a ellos dos hombres con vestiduras blancas que dijeron: **Hombres de Galilea, ¿qué hacéis mirando al cielo?** (Hch 1, 10-11).

¡Pobrecitos! ¡Qué cara se les pondría a los discípulos! Miraban y remiraban... Quizá, pensaban, detrás de la nube aparecería de nuevo Jesús. Y pasaba el tiempo y pasaban las nubes y nada. Algunos curiosos que pasaban por ahí también se quedarían mirando al infinito, alelados, con cara de pasmados. ¡Pobrecitos! — pensó Jesús—, ¡Se han quedado helados! Tengo que hacer algo... Y por fin, decidió mandar unos ángeles medio bromistas: **Hombres de Galilea, ¿qué hacéis mirando al cielo?**

➤ **Pídele a tu Ángel Custodio que te quite lo pasmado y que te pongas hacer el bien... YA.**

**Todos ellos perseveraban unánimes en la oración, junto con algunas mujeres y con María la Madre de Jesús (Hch 1, 14).**

Todas las despedidas son tristes. Con un nudo en la garganta, sin poder ni hablar, regresaron los discípulos al Cenáculo. Necesitaban consolarse y ¿quién consuela mejor que una madre? Jesús nos has dejado a su Santísima Madre, ¡somos también sus hijos! Hoy en la oración acudiré mucho a la Santísima Virgen. Hoy y siempre.

➤ **Sigue pidiéndole a la Virgen que te haga apóstol.**

**Mirad que llega la hora, y ya llegó, en que os dispersaréis cada uno por su lado, y me dejaréis solo, aunque no estoy solo porque el Padre está conmigo (Jn 16, 32).**

Jesús, estos días son de preparación para Pentecostés, para la venida del Espíritu Santo. Jesús, quiero prepararme bien para la solemnidad de Pentecostés. Con San Josemaría vuelvo a rezar esta oración: *¡Ven, oh Espíritu Santo! Ilumina mi entendimiento para conocer tus mandatos; fortalece mi corazón contra las insidias del enemigo; inflama mi voluntad... He oído tu voz, y, no quiero endurecerme y resistir diciendo: Después..., mañana. Nunc coepi! ¡Ahora! No vaya a ser que el mañana me falte. ¡Oh, Espíritu de verdad y de sabiduría. Espíritu de entendimiento y de consejo. Espíritu de gozo y de paz! Quiero lo que quieras, quiero porque quieres, quiero como quieras, quiero cuando quieras.*

➤ ➤ **De verdad, ¿quieres lo que Él quiera?**

**En el mundo tendréis tribulación, pero confiad: yo he vencido al mundo (Jn 16, 33).**

Jesús, a mí los exámenes me dan un poco de miedo. Como ya pasaron te lo puedo contar con calma, me pregunto ¿Lo sabré todo?, ¿Me dará tiempo a estudiar?, ¿Sacaré buenas notas? Pero lo peor es que me pongo nervioso y trato con dureza a los que me rodean. Me encierro en mí y yo a lo mío. Y hasta me pasa en época de exámenes que no hago oración ni voy a Misa.

➤ **Pídele a Jesús ser constante en el trato con Él.**

**Propósito: rezarle al Espíritu Santo.**



**CROACIA**

**Padre, ha llegado la hora. Glorifica a tu Hijo para que tu Hijo te glorifique (Jn 17, 1).**

¡Faltan cinco minutos!; ¡Es la hora...! Avisa en clase el encargado con una puntualidad suiza, casi como un *reloj de cuco*. También Jesús avisa a su Padre: **Padre, ha llegado la hora...** Todo llega, es cuestión de tiempo: **Hay tiempo para reír y tiempo para llorar; tiempo para sembrar y tiempo para cosechar; tiempo para trabajar y tiempo para descansar...** Todo tiene su tiempo y Dios su eternidad. **Padre, ha llegado la hora...** El Hijo, el Padre junto al Espíritu Santo serán eternamente glorificados por los coros de los Ángeles, de los Santos. Y, aunque desafino un poco (bastante), por la gracia de Dios espero también poner mi voz en ese coro.

► **Jesús, que aproveche el tiempo.**

**Tuyos eran, me los confiaste y han guardado tu palabra. (...) Yo ruego por ellos; (...) he sido glorificado en ellos (Jn 17, 6.9.10).**

Cuando hablan bien de mí, y lo oigo me pongo colorado. Jesús, gracias por los piropos: **Han guardado tu palabra; he sido glorificado en ellos.** ¡Qué otra cosa voy a hacer! La araña que baila en su tela da gloria a Dios. Una hojita de grama da gloria a Dios. La Vía Láctea da gloria a Dios. Jesús, ¿y yo? Que toda mi vida sea guardar tu palabra y darte gloria por los siglos de los siglos. Amén.

► **Dile a al Espíritu Santo que quieres ser santo y apóstol.**

**No te pido que los retires del mundo, sino que los guardes del mal (Jn 17, 15).**

Jesús, me gustan mucho las cosas del mundo: las hamburguesas y las puestas de sol, y ver a las hormigas todas en hilera, y me muero de risa con los chistes de mi hermano, y las carreras de motos, y hacer castillos de arena en la playa, y las papitas fritas. Jesús, me gusta silbar, y quemar cohetes (aunque estén prohibidos) Jesús, me gustan tantas cosas *del mundo* porque sé que a ti también te gustan, porque es en medio del mundo donde te encuentro.

► **Pide a Jesús "amar apasionadamente al mundo" sin hacerte "mundano".**

**Padre, como Tú me enviaste al mundo, así los envío yo también al mundo. (...) para que también ellos sean santificados en la verdad. (Jn 17, 18-19).**

Jesús, ¿cuál es mi misión? Y quizá me respondes: *ser santo en medio del mundo*, como nos recordaba San Josemaría: *Allí donde están vuestras aspiraciones, vuestro trabajo, vuestros amores, allí está el sitio de vuestro encuentro cotidiano con Cristo (...). En la línea del horizonte, hijos míos, parece unirse el cielo y la tierra. Pero no, donde de verdad se juntan es en vuestros corazones, cuando vivís santamente la vida ordinaria* (San Josemaría). Jesús mío, es en mi corazón, en las cosas que amo tanto, el sitio donde te encuentro.

► **Pídele al Espíritu Santo que te alcance deseos de ser santo y apóstol.**

**Propósito: ¡quiero ser santo!**



**CAMERÚN**

**Padre, este es mi deseo: que los que me confiaste estén conmigo donde yo estoy y contemplen mi gloria (Jn 17, 24).**

Aquel niño travieso, ¡qué bien conocía a su mamá! Cada vez que cometía alguna travesura, alguna *barrabasada*, no esperaba a ser descubierto sino que, corriendo buscaba a su madre: —*Mamá, mamá...* La mamá asustada por los gritos, acudía corriendo: —*¿Qué pasa hijo mío? ¿Qué sucede?* —*Mama, bonita...* Y la mamá, de un solo, lo entendía todo. Santa María, la esposa del Espíritu Santo, está siempre dispuesta ayudarme. ¿De qué lio me puede sacar la Virgen? Pídele que te auxilie.

► **Cuando estés en apuros y cuando no, acude a María. Recuerda que no hay tentación que aguante un avemaría bien rezado.**

**Padre santo, no sólo te pido por ellos, sino también por los que crean en mí por la palabra de ellos, para que todos sean uno (Jn 17, 20).**

Siempre lo es, pero hoy, de forma especial, es la ocasión de rezar muchas veces el Acordaos, un *auténtico chantaje* a la Virgen: *Acordaos, ¡oh piadosísima Virgen María!, que jamás se ha oído decir que ninguno de los que han acudido a vuestra protección, implorando vuestro auxilio, haya sido desamparado. Animado por esta confianza, a Vos acudo, oh Madre...*

► **Pide a la Virgen que auxilie también a personas a las que quieres.**

**Propósito: rezar el Acordaos para prepararte a Pentecostés.**



Simón, hijo de Juan, ¿me amas más que estos? Él le contestó: Si, Señor, tu sabes que te quiero (...) Por segunda vez le pregunta Simón, hijo de Juan, ¿me amas? (Jn 21, 15-17).

Jesús, a veces me cuesta, por timidez, manifestar mi cariño a las personas que tanto quiero: mis papás, amigos... a ti. Por eso mi mamá, en broma, me compara con el cactus de la sala de estar, al que no se le puede besar. Sin embargo, Jesús, tengo mucho corazón y quiero que mi respuesta sea como la de Pedro: **Señor, Tú conoces todo, Tú sabes que te quiero.**

► **Como a las mamás, Jesús *necesita* que le digas lo mucho que le quieres, y también la Virgen. Díselo.**

**Por tercera vez le pregunta: Simón, hijo de Juan, ¿me amas? (Jn 21, 19).**

San Josemaría escribió: *Pierde el miedo a llamar al Señor por su nombre — Jesús— y a decirle que le quieres* (Camino 303). Busca el Sagrario más cercano y repite en los idiomas que sepas, en prosa, en rima, en verso, cantando, tarareando, silbando: Jesús, Te amo; Jesús, Te quiero; Te amo; Jesús, Te quiero; *Ti voglio bene*; Jesús, Te quiero; Te amo; Jesús, Te quiero; *I love You*, Te amo; Jesús, Te quiero; Te amo; Jesús, Te quiero; *Amo te* (latín); Jesús, je t'aime; Te amo; Jesús, Te quiero... así elevado a la "n".

► **¿Cuántas veces se lo digo cada día? Bate tu marca personal. Y díselo también a María.**

**Día 7. Sábado    Señor, ¿y éste qué?... ¿A ti qué? Tú sígueme.**

**Volviéndose Pedro, vio que le seguía el discípulo a quien Jesús amaba, (...)  
Pedro dice a Jesús: Señor y éste ¿qué? (Jn 21,20-21).**

Es lógico. San Pedro quería al muchacho, y Juan —es él mismo quien nos lo cuenta—, lo notó. Jesús, yo también quiero a mis amigos, como Pedro quería a Juan; y también noto que esa amistad me hace **vulnerable**: me duelen sus dolores, me pesan sus pesares, pero también me alegran y comparto sus alegrías. Jesús, lo bueno de ser tu amigo es que también mis amigos son tus amigos. Y en la oración repaso mis amistades y te pregunto: **Señor y éste ¿qué?** y el otro y el de más allá, y aquella...

► **No soy ni *Iron man* ni nada, yo soy vulnerable a las necesidades de los demás. Pídele a Jesús querer cada vez más a tu familia y amigos.**

**Jesús le respondió: Si quiero que éste se quede hasta que yo venga, ¿a ti qué? Tú sígueme (Jn 20,22).**

**¿Dónde va Vicente?... Donde va la gente.** ¡Pobre Vicente!; no tiene personalidad. Lo de menos es llamarse Vicente, Juan o Pedro. Jesús, que no esté tan pendiente de lo que hacen o dejen de hacer, digan o dejen de decir los demás. No quiero ser una marioneta en sus manos. ¡Tengo personalidad! Por eso a mí también me dices: **¿A ti qué? Tú sígueme.** Jesús, quiero estar siempre contigo, te seguiré.

► **Hoy que es sábado, día de la Virgen, ¿con quién puedo hacer apostolado?**

**Propósito: Pedirle a María que te ayude a rezarle al Espíritu Santo.**



**CHILE**

**Día 8. Domingo. Pentecostés. Ven Espíritu Santo, llena mi corazón.**

**Todos ellos perseveraban unánimes en la oración, junto con algunas mujeres y con María, la Madre de Jesús (Hch 1,14).**

Para que venga el Espíritu Santo es necesaria la oración, junto a María. Por eso hoy vuelvo a decir la oración que escribió San Josemaría: *¡Ven, oh Espíritu Santo! Ilumina mi entendimiento para conocer tus mandatos; fortalece mi corazón contra las insidias del enemigo; inflama mi voluntad... He oído tu voz, y, no quiero endurecerme y resistir diciendo: Después..., mañana. Nunc coepi! ¡Ahora! No vaya a ser que el mañana me falte. ¡Oh, Espíritu de verdad y de sabiduría. Espíritu de entendimiento y de consejo. Espíritu de gozo y de paz! Quiero lo que quieras, quiero porque quieres, quiero como quieras, quiero cuando quieras.*

► **De la mano de María, conoce al *Gran Desconocido*, al Espíritu Santo.**

**Vieron aparecer unas lenguas, como llamaradas, que se repartían posándose encima de cada uno. Se llenaron todos de Espíritu Santo (Hch 2, 2-3).**

Sigue hablándole al Espíritu Santo con la siguiente oración: *Lava lo que está manchado, riega lo que está árido, sana lo que está herido. Dobla lo que está rígido, calienta lo que está frío, endereza lo que está extraviado. Concede a tus fieles, que en ti confían tus siete sagrados dones. Dales el mérito de la virtud, dales el puerto de la salvación, dales la felicidad eterna.*

► **Pídele a la Esposa del Espíritu Santo, a María, deseos de ser santo y apóstol.**



**AUSTRALIA**

**Propósito: Seguir pidiendo.**

**Al ver Jesús a las multitudes, subió al monte; se sentó y se le acercaron sus discípulos; y (...) les enseñaba (Mt 5, 1-2).**

Jesús, no pierdes el tiempo y te pones a enseñar. De tus labios sólo salían cosas buenas para que todos nos ganemos el cielo. Con tu palabra ofrecías consuelo y ánimo para seguir adelante. Jesús, yo algunas veces me dejo llevar por la tontera y de mis labios salen críticas, juicios negativos sobre los demás, chismes y un largo etc. Que aprenda a pensar antes de hablar y que aprenda a usar mi lengua para hablar sobre Ti a mis amigos. ¡Ayúdame hacer apostolado!

➤ **¿Con quién puedo hacer apostolado hoy?**

**Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán misericordia (Mt 5, 7)**

Hoy es la fiesta de San Efrén. Se cuenta de este santo que en una ocasión, un rey persa rodeó la ciudad donde habían muchos cristianos y quería matarlos de hambre. San Efrén entonces rezo, rezo y rezo para que esto no sucediera. Y entonces al ejercito de los persas los atacó una plaga de insectos. Por medio de sus oraciones San Efrén salvó a los cristianos. Jesús, que yo aprenda a usar mi lengua para rezar por todos: por el Papa, por mis papis, por mis hermanos y por mis amigos.

➤ **Concreta que vas a rezar por los demás.**

**Propósito: usar bien la lengua**



**COLOMBIA**

Vosotros sois la luz del mundo. No puede ocultarse una ciudad situada en lo alto de un monte; ni se enciende una luz para ponerla debajo de un celemin, sino sobre un candelero a fin de que alumbre a todos los de la casa (Mt 5, 14-15).

Jesús, esperas de cada uno de los cristianos que seamos luz para los demás. Por eso hoy vuelvo a rezarle al Espíritu Santo con esa oración tan bonita que habla de la luz: *Ven, Espíritu Santo, y envía del Cielo un rayo de tu luz. Ven, padre de los pobres, ven, dador de gracias, ven luz de los corazones. Consolador magnífico. La Virgen quiere darte a su Divino Esposo, al Espíritu Santo: dulce huésped del alma, dulce refrigerio. Descanso en la fatiga, brisa en el estío, consuelo en el llanto ¡Oh luz santísima! llena lo más íntimo de los corazones de tus fieles.*

➤ **Sigue hablándole al Espíritu Santo.**

**Alumbre así vuestra luz ante los hombres, para que vean vuestras buenas obras y glorifiquen a vuestro Padre que está en los Cielos (Mt 5, 16).**

Estas palabras me tocan el corazón. Jesús tú quieres que la gente al ver mis buenas obras se sientan movidos a quererte. Por cierto, que me acuerdo de algo que me contaron y es sobre don Álvaro del Portillo que este 27 de septiembre lo beatifican en Madrid. Y lo que me contaron es que cuando don Álvaro rezaba el Rosario lo hacía con tanto cariño que los que le acompañaban sentían ganas de querer más a la Virgen.

➤ **¿Doy buen ejemplo o mal ejemplo?**

**Propósito: ser luz para los demás.**



GRECIA

No penséis que he venido a abolir la Ley o los Profetas; no he venido a abolirlos, sino a darles su plenitud. En verdad os digo que mientras no pasen el Cielo y la Tierra, no pasará de la Ley ni la más pequeña letra o trazo hasta que todo se cumpla (Mt 5, 17-19).

Jesús, en el ambiente noto un terror a las normas, a los mandamientos, como si fueran en contra de mi libertad. *Yo creo en Dios, pero a mi manera; así es más espontáneo, más natural*, dicen muchos. En cambio, bien que siguen las indicaciones si un producto es dañino para la salud, y entonces no piensan que eso quita la libertad de hacer lo que uno quiere. Que me dé cuenta, Jesús, que los mandamientos son carreteras que me señalan la buena dirección, el mejor modo de llegar al destino correcto, para llegar hasta Ti.

➤ ► **¿Luchas para tener limpia tu alma?**

**El que los cumpla y enseñe será grande en el Reino de los Cielos.**

Jesús, en mi afán de probarlo todo, saberlo todo, curiosarlo todo, de verlo todo... He abierto puertas y saltado barreras: ¡Qué difícil después dar marcha atrás! ¡Qué amargas experiencias! ¡Qué imágenes tan sucias! ¡Buscaba más libertad y he caído en la trampa del pecado que me esclaviza! Que nunca más vuelva a jugar con el fuego o andar *borderline* con el pecado.

➤ ► **¿En qué trampas suelo caer? ¿Qué es lo que me esclaviza?**

Propósito: Bien limpio por dentro  
y por fuera.



C. DE MARFIL

**Venid a mi todos los que estáis cansados y agobiados y yo os aliviaré. Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y encontraréis vuestro descanso (Mt 11,28-29).**

Fue San Juan, el discípulo amado, quien hizo el descubrimiento. En la Última Cena, al recostar su cabeza sobre tu pecho escuchó los latidos que, al principio, sonaban algo así como: *Ta-tof, Ta-tof...* Pero luego, más claramente oyó: *Te amo, Te perdono, Te quiero*; le faltó tiempo para contárselo a los otros: —*No os lo vais a creer...* Jesús, tus apóstoles fueron atraídos por los latidos de tu Sagrado Corazón: **Porque soy manso y humilde de corazón.** Haz la experiencia del discípulo amado y busca en los Evangelios el Corazón de Cristo que se enternece con la viuda pobre, los niños que se le acercan, las multitudes hambrientas...

► **Pídele a Jesús que te dé un corazón como el suyo.**

**Simón, hijo de Juan, ¿me quieres? (Jn 21,15).**

Jesús, tres veces le haces la misma pregunta a San Pedro y tres veces Pedro te responde lo mismo: **Señor, Tú lo sabes todo; Tú sabes que te quiero.** Jesús, buscas el cariño de tus discípulos y *necesitas* que te lo repitan muchas veces. Es la experiencia universal del amor, de un corazón que *necesita* sentirse querido.

► **Termina diciéndole a Jesús que SÍ a lo que te pida.**

Propósito: auscultar el corazón de Jesús.



JAPÓN

**Habéis oído que se dijo a los antiguos: No matarás, y el que se llene de ira contra su hermano, será reo de juicio; y el que llame a su hermano necio, será reo ante el Sanedrín (Mt 5, 21-22).**

Jesús, cuando me enojo con mis hermanos o con mis amigos no es que les llame necio, sino insultos terribles: cucaracha, rata de cloaca, sabandija, sanguiucla o cosas peores que hasta pena me da contártelo... Luego, después, me arrepiento y lo paso mal. Jesús, ¿por qué tendré la lengua tan afilada y larga? ¿Por qué hago tanto daño a los que más quiero? Jesús, quiero ser como tú: **Manso y humilde de corazón (Mt 11,29).**

➤ **Jesús, ¿existen ejercicios de mansedumbre? Ayúdame a ser como Tú.**

**Ve primero a reconciliarte con tu hermano (Mt 5, 24).**

Jesús, ¡cómo me cuesta pedir perdón! Porque cuando me enojo, siempre creo que es el otro el que debe pedirme perdón a mí. Incluso llego a la *niñada* de no hablar con esa persona durante un tiempo, porque me ha hecho esto o esto otro; y hasta que no me pide perdón... Y en la cabeza se me pasan todas las posibles respuestas o burradas que podría hacer para vengarme. Sin embargo, Tú has perdonado incluso a los que te crucificaban. Que aprenda de Ti a perdonar, a adelantarme, y pedir perdón.

➤ **Piensa con quién tienes que hacer las paces, pedir perdón, y terminas.**

**Propósito: Sereno y no "pelar cables".**



URUGUAY

Habéis oído que se dijo: Amarás a tu prójimo y odiarás a tu enemigo. Pero yo os digo: Amad a vuestro enemigos y rezad por los que os persigan (Mt 5, 43-44).

Un sacerdote recuerda que después de una guerra fratricida fue a verle una persona muy conocida, a quien habían asesinado muchos parientes en el cruce de un camino rural. Aquella persona quería levantar una cruz grande, precisamente en aquel lugar, como recuerdo de sus caídos. Yo le dije: —*No debes hacerlo porque lo que te mueve es el odio hacia los asesinos y aquella cruz te sirve sólo para perpetuar el odio: no será la **Cruz de Cristo**, sino la **cruz del diablo***. La cruz no se hizo. Mi interlocutor supo perdonar.

➤ ▶▶ ¿Tengo algún resentimiento o rencorcillo con alguien?

Pedro le preguntó —Señor, ¿cuántas veces tengo que perdonar a mi hermano cuando peque contra mí? ¿Hasta siete? (Mt 18, 21).

Jesús a San Pedro siete veces ya le parecía bastante. Sin embargo le dices: *No siete, sino setenta veces siete*. Es decir, siempre. Pero perdonar no es olvidar. Me puede pasar como la historia: *¿Por qué sigues echándome en cara mis antiguos pecados?* —le dijo el marido a su mujer—; *yo creía que los habías perdonado y olvidado. La mujer le replicó: Es cierto, pero quiero que tú no te olvides que yo te he perdonado y olvidado*. Tal vez no sea posible olvidar, pero hay que hacer todo lo posible por no estarse acordando.

➤ Jesús, que no le dé vueltas a las ofensas, que si no me invento una telenovela.

➤ Propósito: perdonar y tratar de olvidar



ITALIA

Tanto amó Dios al mundo que le entregó a su Hijo Unigénito, para que todo el que cree en él no perezca, sino que tenga vida eterna (Jn 3, 16).

Hoy celebramos que Dios es una familia: Padre, Hijo y Espíritu Santo. Hoy repetiré saboreando esta oración que rezaba San Josemaría a la Santísima Trinidad: *Creo en Dios Padre; creo en Dios Hijo; creo en Dios Espíritu Santo; creo en la santísima Trinidad; creo en mi Señor Jesucristo, Dios y Hombre verdadero. Espero en Dios Padre; espero en Dios Hijo; espero en Dios Espíritu Santo; espero en la santísima Trinidad; espero en mi Señor Jesucristo, Dios y Hombre verdadero.*

**►► Intenta decirle algo a cada una de las Personas de la Santísima Trinidad.**

Pues Dios no envió a su Hijo al mundo para juzgar al mundo, sino para que el mundo se salve por él (Jn 3, 17).

La oración de arriba termina de esta manera: Amo a Dios Padre; amo a Dios Hijo; amo a Dios Espíritu Santo; amo a la santísima Trinidad; amo a mi Señor Jesucristo, Dios y Hombre verdadero; amo a María santísima, Madre de Dios y Madre nuestra, y amo a mi prójimo como a mí mismo.

**►► Atrévete a decirle a cada una de las Personas de la Santísima Trinidad que crees en Él, esperas y le amas.**

Propósito: Creer, esperar y amar.

**Habéis oído que se dijo: Ojo por ojo y diente por diente. Pero yo os digo: No repliquéis al malvado; por el contrario, si alguien te golpea en la mejilla derecha, preséntale también la otra (Mt 5, 38-39).**

Jesús, hace unos días se celebraba a unos hermanos gemelos que son santos y que sus papás (papá y mamá) son santos también. Esos hermanos se llamaban Marcos y Marcelino. A mí estas historias, Jesús, me gustan porque me animan a rezar por toda mi familia para que todos nos ganemos el cielo. No sé dónde fue que oí que el lugar más difícil para hacerse santo es en la familia. No sé si esto es verdad o no, pero en mi caso sí que lo creo, ya que cuando estoy en la casa me relajo y lucho poco por ser servicial, alegre y apostólico.

- **Continúa contándole a Jesús cómo te comportas en tu casa.**
- **A quien te pida, dale; y no rehúyas al que quiera de ti algo prestado (Mt 5, 42).**

Para mí, Jesús, esto que dices me parece muy duro. Te explico. En mi casa soy un experto para hacerme el loco y no ayudar, para escabullirme, esconderme y hacerme el sordo si me piden un favor. Y si luego hago algo espero que me lo agradezcan y me siento con el derecho de no hacer nada más. Jesús, ayúdame a ser servicial, alegre y apostólico en mi casa.

- **Dedícate unos minutos a imaginarte como era Jesús, María y José cuando estaban en su casa de Nazareth.**

**Propósito: Servir en la casa**

**sin esperar a que me lo pidan.**



**COSTA RICA**

## LA VOZ DEL PAPA "EMÉRITO"

Antes de ser elegido Papa, el cardenal Ratzinger escribió un artículo sobre el fútbol. Aquí lo tienes

*Cuando se hojear la prensa y se escucha la radio, se comprueba enseguida que hay un tema dominante: el fútbol y la liga de fútbol. Este deporte se ha convertido en **un acontecimiento universal que une a los hombres de todo el mundo por encima de las fronteras nacionales**, con un mismo sentir, con idénticas ilusiones, temores, pasiones y alegrías. Todo esto nos revela **que nos encontramos frente a un fenómeno genuinamente humano.***

*Surge espontánea la pregunta **sobre el por qué de la fascinación que ejerce este juego.** El pesimista contestará que es una repetición más de lo que ya se experimentó en la antigua Roma: pan y circo; **panem et circenses.***

*Pero, incluso si aceptáramos esta respuesta, tendríamos que preguntarnos: ¿y a qué se debe semejante fascinación, que lleva poner el juego junto al pan, y a darle la misma importancia?*

*Volviendo de nuevo en la antigua Roma, podríamos contestar a esta pregunta diciendo que aquel grito que pedía "pan y juego" era la expresión del deseo de una vida paradisiaca. En este sentido, el juego se presenta como una especie de regreso al hogar primero, al paraíso; como una escapatoria de la existencia cotidiana, con su dureza esclavizante.*



*Sin embargo el juego tiene, sobre todo en los niños, un sentido distinto: es un entrenamiento para la vida.*

*A mi juicio, la fascinación por el fútbol consiste, esencialmente, en que sabe unir de forma convincente estos dos sentidos: ayuda al hombre a autodisciplinarse y le enseña a colaborar con los demás dentro de un equipo, mostrándole como puede enfrentarse con los otros de una forma noble.*

*Al contemplarlo, los hombres se identifican con ese juego, haciendo suyo ese espíritu de colaboración y de confrontación leal con los demás.*

*Desde luego, la seriedad sombría del dinero, unida a los intereses mercantiles, pueden echar todo esto a perder.*

*Al pensar detenidamente en todo esto, se plantea la posibilidad de aprender a vivir con el espíritu del juego, porque la libertad del hombre se alimenta también de reglas y de autodisciplina.*

*En todo caso, la visión de un mundo que vibra con el juego debiera servirnos para algo más que para el entretenernos, porque si fuéramos al fondo de la cuestión, el juego podría mostrarnos una nueva forma de entender la vida.*

Cardenal Ratzinger

Habéis oído que se dijo: Amarás a tu prójimo y odiarás a tu enemigo. Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos y rezad por los que os persigan (Mt 5, 43-44).

En una ocasión, Jesús, me explicaron que San Josemaría decía que cada uno debía ser un signo más. Al principio no lo entendía bien pero me parece que lo voy comprendiendo. Donde quiera que esté he de intentar ser alguien positivo, que una a la gente, que aporte como un signo +. Pero para ser ese signo + y no signo – o de + tengo que aprender a rezar por todos y no guardar ningún rencor contra nadie. Me pasa que sólo rezo por mis cosas y cositas, y pocas veces rezo por los demás: por el trabajo de mi papá, por la alegría de mi mamá, por el examen de mi hermano, para que se decida a confesarse aquel amigo...

➤ **Habla con Jesús sobre si eres +, o bien –, o peor +.**

Porque si amáis a los que os aman, ¿qué mérito tenéis? ¿Acaso no hacen eso también los publicanos? Y si saludáis solamente a vuestros hermanos, ¿qué hacéis de más? ¿Acaso no hacen eso también los paganos? (Mt 5, 46-47).

Pues más claro no lo puedes decir, Jesús. Yo no quiero ser el causante de peleas en la casa, ni de división entre mis amigos. Me decido a ser signo + y entonces servir a todos sin hacer excepciones (a éste sí, a éste no). Yo quiero ser un buen hijo de Dios.

➤ **Concreta algunas formas de servir en casa, a los amigos, etc.**

Propósito: Siempre ser signo +.



SUIZA

Por tanto, cuando des limosna no lo vayas pregonando, como hacen los hipócritas en las sinagogas y en las calles, con el fin de ser alabados por los hombres. En verdad os digo que ya recibieron su recompensa (Mt 6, 2).

Ayer, Jesús, de mi rato de oración salí dispuesto a ser signo + pero muy rápidamente me di cuenta de que andaba haciendo cosas buenas para servir a los demás peroooooo al mismo tiempo quería que me lo agradecieran. Por eso, el evangelio de hoy me da dé lleno en el centro de mi soberbia. Jesús, que aprenda a servir a los demás por amor tuyo y a no estar buscando que me lo paguen con un "gracias" o "que bueno eres".

➤ **Sigue por tu cuenta pidiendo saber servir sin buscar recompensa.**

Tú, por el contrario, cuando des limosna, que tu mano izquierda no sepa lo que hace tu derecha, para que tu limosna quede en oculto; de este modo, tu Padre, que ve en lo oculto, te recompensará (Mt 6, 3-4).

Jesús, auméntame la fe, para tener la certeza de que todo lo que haga por amor a Ti me lo recompensarás con el cielo. Dame fe para hacer las cosas por amor tuyo. A no buscar recompensa en esta tierra. A saber amarte con mi trabajo y mis mil detalles de servicio a los demás. Auméntame la Fe para que me esfuerce de verdad en ser un signo + en cualquier lugar donde me encuentre.

➤ **Pídele a la Virgen que te alcance un aumento de la FE.**

Propósito: No buscar recompensa humana.



ECUADOR

(...) bien sabe vuestro Padre de qué tenéis necesidad antes de que se lo pidáis (Mt 6, 8).

Hoy se celebra a San Romualdo, pero de él no sé nada. De quien sí sé es de San Luis Gonzaga que se celebra el sábado. Jesús, San Luis murió siendo un adolescente fue muy constante en buscar cumplir tu voluntad. Se empeñó seriamente San Luis por convencer a su papá de que le diera su permiso para entregarse a Dios. Y yo, Jesús, que sólo me empeño en convencer a mi papá cuando se trata de que me compren algo, de que me dé permiso para salir, etc. Jesús, necesito que me ayudes a ser empeñado, esforzado y constante en cumplir la voluntad de Dios Padre.

➤ **¿Qué es lo que te pide Dios Padre y aún no lo has hecho?**

(...) y no nos dejes caer en la tentación, mas libranos del mal (Mt 6,13).

Otra cosa que se cuenta de San Luis es que desde muy jovencito, desde niño, y siendo adolescente, tenía la fama de ser un muchacho muy limpio. Limpio no porque se bañaba todos los días, si no limpio porque vivía muy bien la virtud de la santa pureza. Jesús, librame de las ocasiones de pecado, de la tontera de andar hablando marranadas, pero sobre todo librame de la malicia de buscar y ponerme en ocasión de ofenderte. Y te pido además por mis amigos para que nunca se dejen arrastrar por la suciedad.

➤ **Se cuenta que San Luis cargaba sobre sus hombros a los enfermos y moribundos. Carga sobre tus hombros a tus amigos para llevárselos a Jesús a la confesión.**

➤ **Propósito: Cargar con mis amigos**



**FRANCIA**

**No amontonéis tesoros en la tierra, donde la polilla y la herrumbre los corroen y donde los ladrones socavan y los roban (Mt 6, 19).**

Ahora que estamos metidos de lleno en el mundial, te cuento Jesús que muchos de mis amigos se lo han tomado en serio: se nojan, lloran con algunas selecciones. Y lo de llorar no es broma. Jesús, eso me hace pensar que muchas veces ponemos el corazón en cosas buenas pero que no son tan, tan, tan importantes. A mi eso de andar de buen humor me cuesta. Dependo mucho de los demás, de las circunstancias y hasta del clima.

➤ **¿Qué es lo que me quita la alegría? Cuéntaselo a Jesús.**

**Porque donde está tu tesoro allí estará tu corazón (Mt 6,21).**

Jesús, y yo ¿dónde tengo puesto el corazón? ¿Cuáles son las cosas que valoro como tesoros? A mi me gustaría poder llegar a decirte que lo que más valoro es tener a Ti en mi alma llena de gracia. Jesús, ayúdame a guardarte como el tesoro más valioso, a no perderte tontamente y a no exponerte a que te roben de mi alma por medio de engaños.

➤ **El ángel custodio es un buen jefe de seguridad. Pregúntale como poder guardar mejor tu alma para que siempre esté en gracia.**

**Propósito: Cuidar el tesoro de la gracia.**



**HONDURAS**



Él les dijo: Dadles vosotros de comer. Pero ellos dijeron: No tenemos más que cinco panes y dos peces (Lc 9, 13).

Mandas a los discípulos dar de comer a aquella muchedumbre sabiendo que no tienen ni para ellos. A veces a mí también me pides cosas que me parecen imposibles. ¡Ayúdame a confiar más en Ti y no en mis fuerzas! Precisamente en tu Procesión –hoy no sale una imagen tuya, sino Tú en persona– se canta eso de “*Vuestro Cuerpo sacrosanto, es del cielo rico don / es de fuertes, alimento, es de débiles, vigor*”. Yo lo noto cuando comulgo.

►► **Dile a Jesús Eucaristía que te alimente y te dé vigor.**

Tomando los cinco panes y los dos peces, miró al cielo y los bendijo, los partió y los dio a sus discípulos, para que los distribuyeran entre la muchedumbre (Lc 9, 16-17).

Tus discípulos son ahora, Jesús, los sacerdotes: ellos te presentan nuestro poco de pan y vino y Tú en persona –ellos te prestan su cuerpo y su voz– los *transustancias*: **Esto es mi Cuerpo... este es el cáliz de mi Sangre**. Lope de Vega, que era sacerdote, escribió un soneto que comienza “*Cuando en mis manos, Rey Eterno, os miro / y la Cándida Víctima levanto, / de mi atrevida indignidad me espanto, / y la piedad de vuestro pecho admiro*”; y es que los sacerdotes son humanos, como yo, por eso te pido por ellos, para que sean muy santos y sigan dando de comer a todos.

►► **¿Cuánto rezo por los sacerdotes que conozco y por los que no?**

Propósito: Pedir a Jesús sacerdotes santos.



BOSNIA

¿Por qué te fijas en la mota del ojo de tu hermano, y no adviertes la viga que hay en el tuyo? O ¿Cómo vas a decir a tu hermano: Deja que saque la mota de tu ojo, cuando tú tienes una viga en el tuyo? (Mt 7, 3-4).

Y esto, ¿por quién lo dices? Seguro para aquellos que te criticaban. Pero, ¿también para mí? Seguro que sí; y por eso San Josemaría escribió: «¡qué equivocada visión de la objetividad! Enfocan las personas o las tareas con las deformadas lentes de sus propios defectos y, con ácida desvergüenza, critican o se permiten vender consejos» (Surco, 644). Y sin embargo, yo pienso que siempre tengo la razón, y me pongo a juzgar a los demás.

►► **Pídele a Jesús que te haga ver tus defectos, esa viga en tus ojos.**

Hipócrita, saca primero la viga de tu ojo, y entonces podrás ver cómo sacar la mota del ojo de tu hermano (Mt 7, 5).

¡Qué duro; pero qué claro eres, Jesús! Porque sé que con la misma medida con que mida, seré medido y todavía me agregarán. Espero que, ahora, conversando contigo, sea sincero primero conmigo mismo, luego contigo y en la Confesión... Y la verdad que a los demás tengo que disculparlos más, porque a Miguelito (es decir yo) bien que lo disculpo, siempre encuentro un motivo que justifica la viga.

►► **Pídele a Jesús valentía para reconocer tus defectos.**

Propósito: Sacar la viga y los clavos de Miguelito.



IRÁN

El día octavo fueron a circuncidar al niño, y querían ponerle el nombre de su padre, Zacarías. Pero su madre dijo: De ninguna manera, sino que se ha de llamar Juan (Lc 1, 59-63).

Hoy se celebra el Nacimiento de S. Juan Bautista. Benedicto XVI decía que «la liturgia nos invita a celebrar la solemnidad de la Natividad de San Juan Bautista, cuya vida estuvo totalmente orientada a Cristo, como la de su madre, María. San Juan Bautista fue el precursor, la «voz» enviada a anunciar al Verbo encarnado. Por eso, conmemorar su nacimiento significa en realidad celebrar a Cristo, cumplimiento de las promesas de todos los profetas, entre los cuales el mayor fue el Bautista, llamado a «preparar el camino» delante del Mesías» (Ángelus, 24-VI-07). Y es que Juan como era mayor, te ayudaba; yo a veces con mis primos más pequeños soy un abusivo.

➤ **Y tu vida, ¿también está orientada a Cristo, a cumplir su voluntad?**

Mientras tanto el niño iba creciendo y se fortalecía en el espíritu, y habitaba en el desierto hasta el tiempo en que debía darse a conocer a Israel (Lc 1, 80).

«Como auténtico profeta, Juan dio testimonio de la verdad sin componendas. Denunció las transgresiones de los mandamientos de Dios» (Benedicto XVI, Ángelus, 24-VI-07). Pero antes, Jesús, tu primo se preparó re-bien haciendo oración. ¿Cómo yo?

➤ **Jesús, haz de mí un auténtico apóstol.**



Propósito: No dejar nunca el 3+2.

**Pedid y se os dará; buscad y hallaréis; llamad y se os abrirá (Mt 7, 7).**

Hoy 25 de junio, en el año 1944, recibieron la ordenación sacerdotal los tres primeros miembros del Opus Dei. Los tres eran ingenieros y de mucho prestigio por ser muy estudiosos y buenos trabajadores. Eran Álvaro del Portillo, José María Hernández de Garnica y José Luis Múzquiz. Los tres murieron con fama de santidad, es decir lucharon en serio por ser santos, de hecho a don Álvaro lo beatificaron el 27 de septiembre de este año en Madrid (y espero estar ahí). Jesús, que me mueva el ver el ejemplo de hombres que supieron trabajar y cumplir tu voluntad. Que me decida a ser santo.

- **Busca la stampa para la oración privada de don Álvaro y rézale pidiéndole que seas muy generoso con Dios.**

**No juzguéis y no seréis juzgados (Mt 7, 1).**

En una ocasión, San Josemaría al hablar sobre los tres primeros miembros del Opus Dei que se ordenaron comentaba que habían *estudiado mucho, mucho, mucho*. Jesús, a mi me gustaría también servirte en lo que Tú quieras, pero me doy cuenta de que no me puedo quedar sólo en las buenas intenciones. Ayúdame a que sea fuerte y aprenda a estudiar y trabajar como el mejor, a que aproveche el tiempo.

- **Intenta concretar algunos puntos de cómo aprovechar el tiempo.**

**Propósito:** Rézarle a don Álvaro.



**ALEMANIA**

Y vio dos barcas que estaban junto a la orilla (...) Subió a una de las barcas, la de Simón, y le pidió que la apartara un poco de tierra. Y sentado enseñaba desde la barca a la multitud [Lc 5, 2-3].

Recuerdo Jesús lo que me contaron, cómo te metiste en la barca —en la vida— del muchacho Josemaría cuando aún no tenía 15 años... quizá hablaba de él mismo cuando escribió: «Jesús ve aquellas barcas en la orilla y se sube a una. ¡Con qué naturalidad se mete Jesús en la barca de cada uno de nosotros! Cuando te acerques al Señor, piensa que está siempre muy cerca de ti (...). Lo encontrarás en tu corazón» (San Josemaría, Santo Rosario).

➤ **Pregunta a San Josemaría cómo dejar a Jesús meterse en tu barca.**

Dijo a Simón: —Rema mar adentro y echad las redes para pescar. Simón contestó: “Maestro, nos hemos pasado la noche bregando y no hemos cogido nada; pero, por tu palabra, echaré las redes”. Y, puestos a la obra, hicieron una redada de peces tan grande, que reventaba la red [Lc 5, 4-8].

Simón aunque veía los inconvenientes, se los saltó de un solo. San Josemaría se puso a rezar y portarse aún mejor para ver lo que Dios quería que hiciera. Y yo... que pongo tantas excusas. «¡Mar adentro! —Rechaza el pesimismo que te hace cobarde (...) y echa tus redes para pescar. Debemos confiar en esas palabras del Señor». (San Josemaría, Santo. Rosario).

➤ **Y ahora, cuéntale cómo reaccionas al oír: “¡mar adentro!”**

Propósito: Dejar que Jesús sea el capitán.



PORTUGAL

Por sus frutos los conoceréis: ¿acaso se cosechan uvas de los espinos o higos de las zarzas? (Mt 7, 16).

Jesús, hoy es la solemnidad de tu Sagrado Corazón, pero te cuento que he estado leyendo algunas cosas sobre don Álvaro y me ha impresionado que durante los 19 años que estuvo al frente del Opus Dei rezó, empujó y animó a que se comenzara a trabajar en 20 nuevos países, entre ellos Honduras y Nicaragua. Pues en esto queda claro que *por sus frutos los conoceréis*. No se trata de quedarse sólo en buenas intenciones si no trabajar de verdad. Jesús, que no me quede en buenas intenciones, quiero dar mucho fruto.

➤ **Cuéntale a Jesús cuáles son los frutos que te gustaría poder ofrecerle.**

Así, todo árbol bueno da frutos buenos, y todo árbol malo da frutos malos. Un árbol bueno no puede dar frutos malos, ni un árbol malo dar frutos buenos (Mt 7, 17-18).

Don Álvaro escribió: "un trabajo *bien hecho* no es lo mismo que un trabajo que *sale bien*. Las abejas estructuran perfectamente los panales y producen una miel sabrosísima, pero no *trabajan* porque no son capaces de amar. Lo que importa es la actitud interior, no los resultados. (...) Dios se fija en el corazón: ahí se encuentra la clave de una tarea bien o mal terminada".

➤ **¿Qué ve Dios en tu corazón?**

Propósito: Rezarle a don Álvaro e ir a la

beatificación con el corazón.



GHANA

**Cuantos le oían quedaban admirados de su sabiduría y de sus respuestas (Lc 2, 47).**

Hoy en esta fiesta de la Virgen, quiero pedirle un corazón como el de Ella. Santa María, alcánzame la gracia de saber admirarme de Jesús. Entiendo que la vida cristiana es hacer las cosas por amor a Dios, pero muchas veces me doy cuenta de que le quiero muy poco a Dios. Madre mía, cuando me viene la pereza abandono muy fácilmente lo que tengo que hacer o bien no concreto mi oración en propósitos, si me enoja pierdo la cabeza y loqueo, y me cuesta dominarme... Dulce corazón de María sé la salvación mía.

➤ **Sigue hablando con María sobre tu lucha por amar de verdad a Jesús.**

**Y su madre guardaba todas estas cosas en su corazón (Lc 2, 51).**

Esta frase del Evangelio, Madre mía, me hace pensar en todas esas cosas buenas que guardabas en tu corazón: recuerdos de Jesús niño, de Jesús adolescente, tus conversaciones con José, tus deseos de servir a Dios, etc. Sólo guardabas cosas buenas. En cambio, en mi corazón yo a veces guardo cosas buenas mezcladas con tonteras: goles, canciones que me gustan, enojos y hasta recuerdos de unos pecados.

➤ **Sigue pidiendo a la Virgen que te consiga un corazón puro con deseos de hacer mucho apostolado.**

**Propósito: Una buena confesión para limpiar el corazón.**



EE.UU.

¿Quién dicen los hombres que es el Hijo del Hombre?... Él les dijo: Y vosotros, ¿quién decís que soy yo? (Mt 16, 13.15).

¿Quién eres, Jesús, para mí? Ésta es la pregunta clave que tengo que resolver. Tú, Señor, esperas de mí y de cada uno de mis amigos una respuesta en primera persona, que no sea sólo del diente al labio. Sé que si creo se tiene que notar en mi vida, en cómo me comporto en el colegio y en estos días de vacaciones... en cómo pienso en los demás... en cómo ayudo en casa... en cada una de estas cosas te oigo preguntarme: "¿Quién dices tú que soy yo?"

➤ Dile a Jesús con el *Adoro Te devote*: "confieso que eres mi Dios; haz que yo crea más y más en Ti, que en Ti espere, que Te ame".

Y yo te digo que tú eres Pedro, y sobre esta piedra edificaré mi Iglesia, y las puertas del infierno no prevalecerán contra ella (Mt 16, 18).

Pedro te respondió con firmeza: "*Tú eres el Cristo, el Hijo de Dios vivo*", y dio su vida por Ti... como tantos otros, como S. Pablo, como Juan Pablo II. Y Pedro, el primer Papa oyó: "*sobre esta piedra edificaré mi Iglesia*"... ¡Gracias, Señor, por habernos dejado quien haga tus veces para guiarnos en la Iglesia! ¡Qué responsabilidad la suya! Yo quiero ayudarlo con mi oración, mis sacrificios y también con mi trabajo.

➤ Sigue pidiendo por el Papa.

Propósito: Rezar por el Papa Francisco

y por la selección...



BÉLGICA

Y acercándose a él cierto escriba, le dijo: Maestro, te seguiré dondequiera que vayas (Mt 8, 19).

Para hablar contigo, Jesús, hay que acercarse a Ti. Tú no hablas con gritos sino en lo hondo del alma. Pero para estar cerca de Ti hay que estar dispuesto a seguir tus mismos pasos. A veces es difícil, pero cuantas veces, cuando ya creía que no tenía más fuerzas para seguirte he notado tu mano de Amigo, tu enseñanza de Maestro, tu remedio de Médico que me cura...

► **¿Estoy dispuesto a seguir al Señor por donde Él quiera?**

Jesús le contestó: Las zorras tienen sus guaridas y los pájaros del cielo sus nidos, pero el Hijo del Hombre no tiene donde reclinar su cabeza (Mt 8, 20).

Señor, Tú sí que eres sincero y no engañas. Se ve que nos quieres y por eso nos adviertes que estar a tu lado no es lo más cómodo; eso pensaría también el Ciríneo, no fue el viernes p.m. más cómodo de su vida, pero fue el mejor. Para perseverar sé que es necesario superar el entusiasmo sentimental y seguirte por Amor. En lo grande y en lo pequeño te digo como Alexia, aquella niña que va camino de los altares: *Jesús, que yo haga siempre lo que tú quieras* ([www.alexia.gb.org](http://www.alexia.gb.org)).

► **Si Dios me llama, ¿estoy dispuesto a seguirlo?**

Propósito: Dar hoy un buen paso para seguir al Señor



ARGELIA



RUSIA



COREA DEL SUR

## Examen de conciencia por la noche

Pídele ayuda al Espíritu Santo, a la Virgen y a tu Ángel de la Guarda.

- ¿He salido enseguida de la cama a la hora de **levantarme**?  
¿He ofrecido el día a **Jesús**?
- ¿He hecho algún pequeño **sacrificio** en las comidas y se lo he ofrecido al Señor?
- Cuando voy a **Misa**, ¿le pido cosas a Jesús: por mis padres y hermanos, profesores, por el Papa, etc. ?
- ¿He procurado que los **demás** se lo pasen bien? ¿He discutido? ¿He hablado mal de alguien?
- ¿Tengo **ordenados** mi habitación y mi armario?
- ¿He dicho siempre la **verdad**, toda la **verdad** y nada más que la **verdad**?
- ¿He sabido perdonar y pedir **perdón**?

**A**hora pido perdón al Señor por lo que hice mal, le doy gracias por lo bueno del día y saco un propósito para mañana.





A black and white portrait of Monsignor Álvaro del Portillo. He is an elderly man with glasses, wearing a dark clerical jacket over a white shirt with a black collar. He is smiling slightly and looking towards the camera. A small microphone is clipped to his jacket.

Monseñor  
**Álvaro del Portillo**  
Obispo - Prelado del Opus Dei

**ORACIÓN**  
para la devoción privada

Dios Padre misericordioso, que concediste a tu siervo Álvaro, Obispo, la gracia de ser Pastor ejemplar en el servicio a la Iglesia y fidelísimo hijo y sucesor de San Josemaría, Fundador del Opus Dei: haz que yo sepa también responder con fidelidad a las exigencias de la vocación cristiana, convirtiendo todos los momentos y circunstancias de mi vida en ocasión de amarte y de servir al Reino de Jesucristo; dignate glorificar a tu siervo Álvaro, y concédeme por su intercesión el favor que te pido... (pídase). Así sea.

Padrenuestro, Ave María, Gloria.

De conformidad con los decretos del Papa Urbano VIII, declaramos que en nada se pretende prevenir el juicio de la Autoridad eclesial, y que esta oración no tiene finalidad alguna de culto público. Se ruega a quienes obtengan gracias por intercesión de Mons. Álvaro del Portillo, las comuniquen a la Postulación de la Causa, vialle Bruno Buozzi 75, 00197 Roma. Con licencia eclesial.

## Breve Biografía de Don Álvaro del Portillo

Juan Pablo II lo describió como "siervo bueno y fiel". Álvaro del Portillo fue el primer sucesor de San Josemaría Escrivá al frente del Opus Dei. Millones de personas en todo el mundo lo llaman simplemente Don Álvaro, sin más protocolo que el que se da a un sacerdote amigo.

Nació en Madrid (España), en 1914, tercero de ocho hermanos, en una familia cristiana. Mientras estudiaba ingeniería en 1935, conoció a Josemaría Escrivá. Desde que pidió la admisión en el Opus Dei, se convirtió en un apoyo para el fundador, quien valorando su fortaleza y fidelidad, le llamaba cariñosamente "saxum", roca.

En 1944 se ordenó sacerdote y poco después se trasladó a Roma para ayudar al fundador en el gobierno de la Obra. Colaboró activamente en muchos de los trabajos del Concilio Vaticano II, y el Papa Juan XXIII le nombró Secretario de la Comisión sobre la Disciplina del Clero.

En los años 70 acompañó a San Josemaría durante sus viajes de catequesis por España, Portugal y América Latina. Cuando San Josemaría falleció en 1975, Don Álvaro fue elegido para sucederle. Continuó impulsando la configuración jurídica del Opus Dei hasta que en 1982 Juan Pablo II lo erigió en Prelatura Personal.

Don Álvaro fue ordenado obispo en 1991, su sonrisa y su amabilidad eran la manifestación de su empeño pastoral lleno de caridad. Dirigió la labor apostólica de la Prelatura en 20 nuevos países, siempre con el deseo de servir a la Iglesia y extender el mensaje cristiano.

Murió en Roma en la madrugada del 23 de marzo de 1994, a los 80 años. Pocas horas después, Juan Pablo II acudió a rezar a sus restos mortales. El Santo Padre elogió su confianza en la Providencia Divina y su fidelidad a la sede de Pedro.

