



Día 06 - Medios para vencer los obstáculos que impiden sacar todo su fruto de la devoción al Sagrado Corazón de Jesús.

[Audio [Youtube](#)] [Audio [SoundCloud](#)]

(Según el libro de Jean Croiset, *La devoción al Sagrado Corazón de Jesús*, Parte II, cap 3)

Después de hablar de todo aquello que es obstáculo para esta devoción, vemos que, si no estamos continuamente en vela y preparados para el combate, muy pronto el enemigo se hará dueño de nuestro corazón. Estos son los medios que Jesucristo mismo nos asegura que son los más idóneos para disminuir o destruir el amor propio y la soberbia oculta: la mortificación y la humildad.

Primer medio: Una verdadera mortificación

La mortificación es tan necesaria para amar de verdad a Jesucristo que es la primera lección que imparte Él mismo a cuantos quieren ser sus discípulos.

“Si alguno quiere venir detrás de mí, que se niegue a sí mismo, que tome su cruz cada día, y que me siga”. (Lc 9, 23)



Todos los santos afirman que la mortificación es la señal más clara de una vida virtuosa, sin ella no puede haber ninguna verdadera virtud. Hay dos tipos de mortificación: la **exterior**, que consiste en las incomodidades del cuerpo; y la **interior**, que es propiamente la mortificación del espíritu y del corazón.

La mortificación externa se traduce en ayunos, vigiliias, y otras austeridades corporales que practicadas con discreción, obediencia y generosidad someten el cuerpo, ayudan a triunfar en ciertas tentaciones y asegurar la libertad de espíritu. Pero la santidad no consiste en las mortificaciones externas, sino en las interiores, que son siempre un indicio de auténtica piedad. Por eso la mortificación interna es más necesaria que la externa y nadie debe omitirla. Se trata de una violencia continua que hay que hacerse para alcanzar el reino de los cielos. No todos están en condiciones para ayunar, llevar cilicios... pero no hay nadie que no pueda callar cuando una pasión lo empuja a hablar; no hay nadie que no pueda frenar el propio carácter, los deseos, las pasiones, que nos ayudará a debilitar y reducir el amor propio, y a libramos de las imperfecciones.

No hay nada que no sirva de ocasión para contradecir las inclinaciones, no hay ningún tiempo ni lugar que no parezca adecuado para mortificarse, sin apartarse jamás de las reglas de la verdadera prudencia. Basta por ejemplo con tener muchas ganas de ver algo o de hablar para obligarse a bajar los ojos o a aplacar el deseo de saber cosas nuevas o de saber lo que pasa o lo que se dice o lo que se hace, etc.



Si en el exterior no hallamos muchas ocasiones para mortificarnos, nunca faltan dentro de nosotros mismos. No sabremos estar largo tiempo recogidos, ni actuar con modestia, sin mortificación. La honestidad, la dulzura y la cortesía pueden ser efecto de la educación, pero normalmente son señales sobre todo de alguien constantemente mortificado, y sin esta virtud ¿cómo podremos estar siempre en paz, sin altibajos, haciendo siempre con perfección todo lo que hacemos y estando siempre contentos con lo que Dios quiere?

Segundo medio: Una sincera humildad

El segundo medio es una sincera humildad. Dice san Agustín: *«Jesucristo no nos dice: Aprended de mí a hacer milagros, sino aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, para darnos a entender que sin humildad no hay verdadera virtud».*

Para ser verdaderamente humildes no basta con reconocer que no tenemos ninguna virtud ni mérito propio conseguido exclusivamente por nuestros propios esfuerzos. Es menester también creérselo de verdad y no disgustarse de que otros lo crean así.

El primer paso para conseguir esta virtud es pedirla a Dios con insistencia. Después, debemos convencernos a nosotros mismos, acerca de nuestra pobreza y de nuestras propias imperfecciones. Hacer memoria de lo que hemos sido y el considerar lo que podríamos haber sido sirve mucho para humillarnos. El vernos a nosotros mismos tan cerca del precipicio, hace que no nos espantemos de que los otros caigan.

«Las señales más ciertas de una sincera humildad pueden ser: amar especialmente a los que nos desprecian, y no evitar ninguna de las humillaciones que nos llegan; no hablar nunca de nosotros mismos con estima; no quejarnos jamás de todo lo que Dios permite que nos suceda; no querer que otros se compadezcan de nosotros; disimular las faltas del prójimo y el no turbarnos con nuestras propias caídas; preferir en todo a los demás; no emprender nada sino desconfiando de nosotros mismos y estimar en poco todo lo que hacemos. En fin, rezar mucho y hablar poco».

Cuando uno se considera tan miserable como es, no lleva mal que le desprecien porque conoce que es justo. Un hombre humilde, por malo que sea el tratamiento que se le da, cree que se le hace justicia. Un hombre que ha merecido el infierno puede conocer bien que se le debe el desprecio. No queremos decir con esto que recibamos con consuelo sensible las humillaciones, pues el desprecio es, naturalmente, desagradable; pero no quejarse, tolerarlo, agradecérselo a Dios y aun pedirle por aquellos de quienes se sirve para humillarnos, por más repugnancia que sienta la naturaleza orgullosa en someterse a su Providencia, son señales de una sincera humildad, sin la cual en vano creeremos que tenemos una verdadera y sólida virtud.

Si queremos alcanzar la perfección cristiana, es importante proponernos firmemente olvidar todos nuestros intereses, aun tal vez hasta los espirituales, para buscar únicamente la gloria de Dios. No se goza de una paz segura y tranquila sino en el olvido de sí mismo.



† Día 06 - Prácticas de Preparación †

1) Ponerse en presencia de Dios.

2) **Pedir la gracia** de tener el deseo sincero de reparar, en lo que esté a nuestro alcance, las ofensas que se han infligido, y que se continúan infligiendo diariamente el Sagrado Corazón.

3) **Lectura:** Del libro de Jean Croiset *La devoción al Sagrado Corazón de Jesús - Una verdadera mortificación.*

No hay casi hora del día en que no se presente alguna ocasión de mortificación. Tanto si estamos sentados o de pie, jamás dejará de hallarse un lugar o una postura menos cómoda sin que los demás lo vean; cien veces que nos interrumpen en una ocupación muy seria, cien veces podremos responder con tanta dulzura y cortesía como si nouviésemos nada que hacer. El mal humor de aquellos con los que tratamos, las imperfecciones de los que conviven con nosotros, la ingratitud de alguien a quien le hemos hecho un bien... pueden ejercitar mucho la paciencia del que es sólidamente virtuoso. En fin, todas las incomodidades, las propias del lugar, del tiempo y de las personas, podemos sufrirlas de modo que no se echen de ver, son pequeñas ocasiones de mortificarse, pero no es una pequeña mortificación; es más, tiene un gran mérito y puede decirse que las gracias más grandes y la mayor santidad dependen muchas veces de la generosidad que tenemos en mortificarnos constantemente en estas pequeñas ocasiones.”

Y así, viviendo una vida mortificada podremos decir con san Claudio de la Colombière: *“Mirar a Jesucristo me hace tan amable la Cruz, que me parece que sin ella no puedo ser dichoso. Miro con respeto a aquellos a quienes Dios visita con humillaciones y adversidades de cualquier suerte. Sin duda, son sus favorecidos”.*

Meditemos ahora cuáles deben ser los pensamientos de Jesús al sentirse tan humillado todos los días en la Eucaristía, incluso por los cristianos, a pesar de que la instituyó para satisfacer su amor hacia nosotros. Incluso si Jesucristo no hubiera obrado este milagro, incluso si no nos hubiera amado hasta el límite, ¿sería esa una razón para no amarle?

Cristianos, ¿No ha hecho el Salvador más que suficiente para merecer nuestro amor? Y si su amor extremo le ha llevado a hacer lo que nos parece excesivo, ¿va a ser ese amor sin límites el que impida que le amemos, o, peor aún, va a ser la causa de que le despreciemos? ¿no es lo que ha pasado desde que instituyó este misterio? ¿No se cumplen hoy las palabras de los profetas, que dijeron: «Que se harte de oprobios», «despreciable y despojo de hombres», por el trato que recibe en el Santísimo Sacramento? La ingratitud y la impiedad de quienes le condenaron nos provocan una justa indignación. Vemos, sin embargo, esa impiedad e ingratitud renovada en las humillaciones a las que su amor expone a Jesucristo cada día en el Santísimo Sacramento, ¿y nunca nos conmovemos?

Hasta ahora, oh Salvador, hemos sido desagradecidos contigo. Hemos respondido a tus dones con frialdad y descuido. Tú, sin embargo, continúas mostrándonos tu misericordia



a pesar de nuestra infidelidad. Concédenos morir de dolor o vivir en un continuo arrepentimiento por haber amado tan poco a Dios, que nos quiere hasta el infinito, y que nos da continuamente en la Eucaristía la prueba de amor más grande que haya existido jamás.

De ahora en adelante os amaremos, oh Salvador, y os adoraremos y os alabaremos en el Santísimo Sacramento. Empezaremos a demostraros amor comportándonos con modestia y respeto en tu presencia; por medio de una devoción ardiente a tu Sagrado Corazón y un deseo sincero de reparar, en lo que esté a nuestro alcance, las ofensas que se os han infligido, y que continúan infligiéndoos diariamente contra el Sacramento de vuestro Amor. Concédenos que estas disposiciones continúen hasta la muerte.

Propósito del día: (a realizar en la medida de las posibilidades) Hagamos un acto de humildad al encontrarnos con algún límite, imperfección o defecto, reconociendo nuestra pequeñez y nuestra nada.

Jaculatoria del día: (para repetir durante el día) ¡Gloria, amor y gratitud al Sagrado Corazón de Jesús!

Letanías al Sagrado Corazón: (se pueden elegir cinco letanías del total, de la página siguiente).



Letanías al Sagrado Corazón de Jesús (se pueden elegir cinco del total)

Recitadas [[Youtube](#)] [[SoundCloud](#)] - Cantadas [[Youtube](#)] [[SoundCloud](#)]

Señor, ten piedad de nosotros - *Señor, ten piedad de nosotros.*
Cristo, ten piedad de nosotros - *Cristo, ten piedad de nosotros.*
Señor, ten piedad de nosotros - *Señor, ten piedad de nosotros.*
Cristo, óyenos - *Cristo, óyenos.*
Cristo, escúchanos - *Cristo, escúchanos.*

Después de cada invocación, decir: - *ten piedad de nosotros.*

Dios, Padre celestial,
Dios Hijo, Redentor del mundo,
Dios Espíritu Santo,
Trinidad Santa, un solo Dios,

Antes de cada invocación decir **Corazón de Jesús,**
y después de cada invocación, decir: - *ten piedad de nosotros.*



<i>día</i> 01	Hijo del Eterno Padre. Formado por el Espíritu Santo en el seno de la Virgen María, Unido substancialmente al Verbo de Dios, De majestad infinita, Templo santo de Dios,	<i>día</i> 04	En quien habita toda la plenitud de la divinidad, En quien el Padre halló sus complacencias, En cuya plenitud todos hemos recibido, Deseo de los eternos collados, paciente y de mucha misericordia,
<i>día</i> 02	Tabernáculo del Altísimo, Casa de Dios y puerta del cielo, Lleno de bondad y amor, Hoguera ardiente de caridad, Asilo de justicia y de amor,	<i>día</i> 05	Rico para todos los que te invocan, Fuente de vida y de santidad, Propiciación por nuestros pecados, Despedazado por nuestros delitos, Hecho obediente hasta la muerte,
<i>día</i> 03	Lleno de bondad y de amor, Abismo de todas las virtudes, Digno de toda alabanza, Rey y centro de todos los corazones, En quien están todos los tesoros de la sabiduría y la ciencia,	<i>día</i> 06	Traspasado por una lanza, Vida y resurrección nuestra, Paz y reconciliación nuestra, Víctima de los pecadores, Salvación de los que en Ti esperan, Esperanza de los que en Ti mueren y esperan, Delicia de todos los santos,

Cordero de Dios, que quitas los pecados del mundo, - *perdónanos, Señor.*

Cordero de Dios, que quitas los pecados del mundo, - *óyenos, Señor.*

Cordero de Dios, que quitas los pecados del mundo, *ten piedad y misericordia de nosotros.*

Jesús, manso y humilde de corazón, - *haz nuestro corazón semejante al Tuyo.*

Sagrado Corazón de Jesús, - *en Vos confío.*

Inmaculado Corazón de María, - *salvad el alma mía.*