



¿Qué Es Una Meditación?

Descripción

Es un momento de oración, el sacerdote lo hace en voz alta para que los que le escuchan se unan y hagan su propia oración mental partiendo de sus palabras. Desde el punto de vista de cada meditación, la finalidad es que el [sacerdote](#) hable con Dios, con la confianza y sencillez de los que se saben hijos de Dios, y ayude a los demás a hacer lo mismo: **rezar y ayudar a rezar**.

El objetivo de estas meditaciones breves es el de llevar a los oyentes a conocer personalmente a Jesucristo, a conversar con Él, a asimilar su mensaje y ponerlo en práctica en su vida cotidiana. La esencia no será la instrucción o las explicaciones, sino el real encuentro con Cristo de quienes escuchan, el diálogo, un sobrenatural tú a tú.



San Josemaría decía que meditar *«es considerar, contemplar que Dios es tu Padre, y tú, su hijo, necesitado de ayuda; y después darle gracias por lo que ya te ha concedido y por todo lo que te dará»*.

Captar el carácter de la meditación

La clave para captar el carácter de estas meditaciones es que no se trata de un ejercicio retórico; **cada sacerdote intenta hacer su oración personal con Jesucristo en voz alta**. A menudo se dirigen a [Jesús](#), suele resultar claro a nuestros oyentes que están conversando con Él. **La meditación es un género de predicación netamente distinto de la clase, de la conferencia espiritual, de la plática o de una charla. La meditación se dirige a toda la persona en su inteligencia, voluntad y corazón.**

Como es obvio, eso se puede hacer de muchos modos: con un solo pasaje del Antiguo Testamento o del [Evangelio](#) bien meditado, o con dos o tres, o a veces más. Lo importante es que esas escenas o enseñanzas de Jesús sean la trama, el tema en el que el predicador ayuda a meterse y a profundizar.

Importancia de la Sagrada Escritura

Es importante la elección de los textos de la Sagrada Escritura. Muchas veces los proporciona la liturgia del día. En otras ocasiones son fruto de las notas que el sacerdote va tomando habitualmente a raíz de los textos de la Misa, en el rezo del Oficio divino, en la lectura del Nuevo Testamento o de libros de espiritualidad.

Esencialmente en la predicación Cristo, con la conjunta acción del Espíritu Santo, sigue hablando en la Iglesia a lo largo de los siglos, primero a través de los apóstoles y luego de sus sucesores y colaboradores. **El sacerdote predica en nombre de Cristo y lo hace en cuanto colaborador de los sucesores de los apóstoles.**



El alma quiere más, ejercita mejor su libertad personal, cuando reza y se abre más a la acción del Paráclito. Por eso no conviene abusar del tono exhortativo. Se trata más bien de ayudar a que las almas se pongan ante Dios y se animen a responder cada día mejor a su Amor infinito.

Esperamos que estas meditaciones breves ayuden a muchas personas a que hablen de tÃ³ a tÃ³ con Cristo, le vayan conociendo y luego practiquen su oraciÃ³n metal personal a lo largo de toda su vida.