

DILEXIT NOS (NOS AMÓ)

Reflexionando con el Papa Francisco en el capítulo 3, el capítulo 4, y el capítulo 5



PLa contemplación del Sagrado Corazón de Jesús por parte del Papa Francisco arraigó su ministerio en el amor y la misericordia de Cristo. A lo largo de los siglos, muchos hombres y mujeres santos fueron conmovidos por el corazón amoroso de Cristo. Esta reflexión está inspirada en las reflexiones del Papa Francisco en los capítulos 3, 4 y 5 de Dilexit Nos (Nos amó).

Al entrar en este tiempo de oración, nos detenemos del ritmo frenético de nuestras vidas ocupadas, pensamientos ocupados y mentes ocupadas, para reducir la velocidad y quedarnos quietos, para que podamos reflexionar con el Papa Francisco en *Dilexit Nos: Nos amó*.

Para ayudar en este momento de oración, busca la siguiente frase en línea: “Imagen del Sagrado Corazón de Jesús”.

Encontrarás representaciones inspiradas por artistas a lo largo de los siglos de la

imagen “donde se destaca su corazón amante, tiene al mismo tiempo una mirada que llama al encuentro, al diálogo, a la confianza”. Esta imagen, escribe el Papa Francisco en *Dilexit Nos*, “tiene unas manos fuertes capaces de sostenernos; tiene una boca que nos dirige la palabra de un modo único y personalísimo” (n. 54).

Si estás rezando en una iglesia, quizá no necesites buscar una imagen en otro lado: es muy posible que haya una estatua o una pintura de esa imagen que ha conmovido los corazones de tantos hombres y mujeres santos.

En *Dilexit Nos*, el Papa Francisco viaja a través de los siglos con hombres y mujeres santos que se sintieron atraídos a contemplar el amor de Jesús. Éstos son sólo algunos de los que menciona. Lee sus palabras lentamente para saborear su significado:

El evangelista Juan recuerda las palabras de Jesús: “El que tenga sed, venga a mí; y beba [...] de su seno brotarán manantiales de agua viva” (Jn 7, 37-38, citado en el n. 97).

San Ambrosio escribe: “Bebe a Cristo porque él es la roca que derrama agua. Bebe a Cristo porque él es la fuente de la vida. Bebe a Cristo porque él es el río cuya



fuerza alegre a la ciudad de Dios. Bebe a Cristo porque él es la paz. Bebe a Cristo, porque de su seno fluye agua viva” (citado en el n. 102).

Para san Agustín, “el pecho de Cristo no es solamente la fuente de la gracia y de los sacramentos, sino que lo personaliza, presentándolo como símbolo de la unión íntima con Cristo, como lugar de un encuentro de amor. Allí está el origen de la sabiduría más preciosa, que es conocerle a él” (n. 103).

San Buenaventura insta a que nuestra contemplación se convierta en “una relación directa con Cristo, habitando en su Corazón, porque quien bebe es un amigo de Cristo, es un corazón amante” (n. 108).

San Francisco de Sales “contemplaba frecuentemente el Corazón abierto de Cristo, que invita a habitar en su interior” (n. 114) incluso “en medio de las actividades, las tareas y las obligaciones de la vida cotidiana” (n. 117).

Santa Margarita María Alacoque compartió visiones del Corazón divino de Jesús, “tan apasionado de amor por los hombres... que no pudiendo ya contener en sí mismo las llamas de su caridad ardiente” y que nos instaba a una mayor unión con Cristo (citado en el n. 119).

Carlos de Foucauld descubrió en el

corazón de Jesús “la misericordia sin Flímites” y “un amor absoluto” (nn. 130-131).

Para Santa Teresa del Niño Jesús, el amor del Corazón de Jesús expulsaba todo temor; incluso, escribió: “aunque hubiera cometido todos los crímenes posibles, seguiría teniendo la misma confianza; sé que toda esa multitud de ofensas sería como una gota de agua arrojada en una hoguera encendida” (citado en el n. 137). Santa Teresa se sentía “devorada por la sed de almas” (n. 216); el amor y la misericordia de Jesús eran para todos.

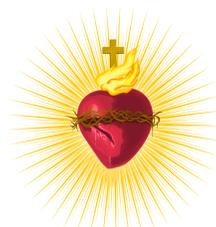
Y San Ignacio de Loyola nos insta: “entrar en el Corazón de Cristo. Este es un camino para madurar el propio corazón” (n. 144).

La imagen y la realidad del Sagrado Corazón de Jesús fue poderosa para tantos hombres y mujeres santos porque les reveló la verdad de que *él nos ama*.

Mientras meditas sobre el Sagrado Corazón de Jesús, ora por la gracia de ser transformado(a) por su corazón en tu propia vida y trabajo:

¿Cómo me ayuda el Sagrado Corazón de Jesús a comprender el amor de Cristo?

¿Por quién está inflamado de amor el corazón divino?



¿Quién —en mi familia, en mi lugar de trabajo, en mi comunidad o en el mundo— necesita la “misericordia sin límites” de Cristo?

Su amor no es sólo para algunos sino para todos. ¿Cómo me desafía esto?

¿Cómo puedo entrar mejor en el corazón de Cristo? ¿Cómo puedo “ensanchar” mi propio corazón en el suyo?

En su capítulo final de *Dilexit Nos*, el Papa Francisco comparte estas palabras. A medida que las leas, ora para que este desafío se convierta en tuyo:

“ Aun desde el punto de vista de la herida de su Corazón, la mirada dirigida al Señor, que “tomó nuestras debilidades y cargó sobre sí nuestras enfermedades” (Mt 8,17), nos ayuda a prestar más atención al sufrimiento y a las carencias de los demás, nos hace fuertes para participar en su obra de liberación, como instrumentos para la difusión de su amor.¹ Si contemplamos la entrega de Cristo por todos, se nos vuelve inevitable preguntarnos por qué no somos capaces de dar la vida por los demás: “En esto hemos conocido el amor: en que él entregó su vida por nosotros. Por eso, también nosotros debemos dar la vida por nuestros hermanos” (1 Jn 3,16). (n. 171) ”

Si puedes, lleva la imagen del Sagrado Corazón de Jesús dentro de tu corazón y de tu mente; incluso puedes guardar una imagen como fondo de pantalla de tu teléfono o como pantalla de bloqueo. Regresa a esta imagen a lo largo del día, orando para que el corazón traspasado de Cristo te transforme a ti y al mundo entero.



Copyright © 2025, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. Todos los derechos reservados. Este texto puede ser reproducido en su totalidad o en parte sin alteración para uso educativo sin fines de lucro, siempre que dichas reimpresiones no se vendan e incluyan este aviso. Todas las citas de *Dilexit Nos*, copyright © Libreria Editrice Vaticana (LEV), Ciudad del Vaticano. Todos los derechos reservados. Los textos de la Sagrada Escritura en esta obra están tomados de los Leccionarios I, II y III, propiedad de la Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia Episcopal Mexicana, copyright © 1987, quinta edición de septiembre de 2004. Utilizadas con permiso. Todos los derechos reservados.

