



"Head of Christ", by Rembrandt

Hagan una pausa para pensar acerca de lo que más quieren de Dios, ahora mismo, en este momento y en este espacio.

¿No te das cuenta de que Mi Padre ya tiene un plan perfecto para transformar tu vida, empezando en este momento?

Confía en Mí. Pídemelo todos los días que entre y me haga cargo de tu vida —

Te prometo ante Mi Padre en el Cielo Que obraré milagros en tu vida.

¿Por qué habría de hacer esto? Porque TENGO SED DE TI.

Todo lo que pido de ti es que te encomiendes a Mí completamente.

Yo haré el resto.

Aún ahora, contemplo el lugar que Mi Padre ha preparado para ti en Mi Reino.

Recuerda que tú eres un peregrino / una peregrina en esta vida,

En una jornada hacia tu casa.

El pecado nunca puede satisfacerte o traer la paz que buscas. Todo lo que has buscado fuera de Mí Tan sólo te ha dejado más vacío/a, así que no te aferres a las cosas de esta vida. Sobre todo, No te alejes de Mí cuando caigas. Ven a Mí sin demora. Cuando Me das tus pecados, Me das la alegría de ser tu Salvador. No hay nada que Yo no pueda perdonar y sanar, así que ven ahora y descarga tu alma.

No importa cuán lejos te desvíes, no importa con qué frecuencia Me olvides, no importa cuántas cruces cargues en esta vida, hay una cosa que quiero que recuerdes siempre, una cosa que nunca cambiará: YO TENGO SED DE TI — Justo como eres. No necesitas cambiar para creer en Mi amor, Porque lo que te cambiará será que creas en Mi amor. Tú me olvidas, y, sin embargo, yo te estoy buscando en todo momento del día — junto a la puerta de tu corazón, y tocando.

Hagan una pausa y pregúntense: ¿Dudan alguna vez del amor de Dios por ustedes? Escuchen a Jesús . . . y crean.

¿Encuentras difícil creer esto? Entonces, mira la cruz — Mira Mi corazón que fue traspasado por ti. ¿No has comprendido Mi cruz? Entonces escucha de nuevo las palabras que pronuncié allí — porque ellas te dicen claramente por qué sufrí todo esto por ti: TENGO SED . . . (Jn. 19:28). Sí, tengo sed de ti — como el resto del versículo del salmo que estaba rezando dice de Mí: Esperé . . . a alguien que me consolara, y no lo hallé . . . (Sal. 69:21).

Toda tu vida he estado buscando tu amor — Nunca he dejado de buscar amarte y ser amado por ti. Tú has tratado muchas otras cosas en tu búsqueda de la felicidad; ¿Por qué no tratar de abrirme tu corazón, ahora mismo, más de lo que lo has hecho antes? Cuando tú abras la puerta de tu corazón, Cuando te acerques lo suficiente, Me oirás decirte una y otra vez, No con palabras meramente humanas sino con el espíritu: “No importa lo que hayas hecho, Yo te amo por tu propio bien. Ven a Mí con tu miseria y tus pecados, Con tus problemas y tus necesidades, Y con toda tu ansiedad de ser amado/a. Estoy junto a la puerta de tu corazón y toco . . . Abrete a Mí, porque TENGO SED DE TI. . .”-

Cuando estén listos/as, vuelvan a este momento. Sientan la presencia de Dios rodeándolos/as, sosteniéndolos/as. Terminen su meditación rezando el Padre Nuestro en alta voz.

# Tengo Sed

Las divinas palabras “Tengo sed,” pronunciadas primero en el Calvario, todavía resuenan a través de todo tiempo y lugar. Dios todavía las pronuncia en el espacio vacío, en el lugar oscuro y solitario que existe en todo corazón humano.

“Jesús está sediento de nosotros ahora mismo. . . ¿Lo escuchamos decir ‘tengo sed de tu amor?’ . . . ¿En verdad lo escuchamos? . . . Lo está diciendo ahora” — Madre Teresa

## Para Leer Más

De Our Sunday Visitor:

Langford, Joseph. *Mother Teresa's Secret Fire: The Encounter That Changed Her Life and How It Can Transform Your Own*

\_\_\_\_\_. *Mother Teresa in the Shadow of Our Lady*

Otros Recursos

Sitio Web de los Padres MC sobre el mensaje y la espiritualidad de la Madre Teresa: [www.inthedarknesslight.com](http://www.inthedarknesslight.com)

Sitio Web del Centro de la Madre Teresa (postulación): [www.motherteresa.org](http://www.motherteresa.org)

Mother Teresa's Secret Fire Blog de Our Sunday Visitor: [www.motherteresassecretfire.com](http://www.motherteresassecretfire.com)



Para materiales católicos adicionales o para ordenar copias de este folleto en grandes cantidades, pónganse en contacto con

## Our Sunday Visitor

Bringing Your Catholic Faith to Life

1-800-348-2440 • Fax: 1-800-498-6709 • [www.osv.com](http://www.osv.com)

Traducido al español por Vilma G. Estenger  
Derechos de Reproducción © by Our Sunday Visitor, Inc.  
Permiso para reproducir requerido por el editor.  
Inventario No. P904

Nihil Obstat: Rev. Michael Heintz, Ph.D.  
Censor Librorum

Imprimatur: \* John M. D'Arcy  
Obispo de Fort Wayne-South Bend  
Marzo 7, 2009

Nihil Obstat e Imprimatur son declaraciones oficiales de que un libro o un folleto está libre de errores doctrinales o morales. Esto no implica que quienes las han realizado están de acuerdo con el contenido, con las opiniones, o con las declaraciones expresadas en dicho libro o folleto.

Derecho de autor de meditación © 1986 Padres Misioneros de la Caridad.

US \$14.95



5 1495

# Tengo Sed

## Meditación Dirigida con la Madre Teresa



For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

“Mientras no sepas en lo más profundo de tu ser que Jesús tiene sed de ti — no podrás empezar a saber quién quiere El ser para ti. O quién quiere El que tú seas para El”.

For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

La siguiente meditación tiene la intención de ser una manera de compartir la profunda experiencia de la Madre Teresa de la bondad de Dios. Esta oración se convirtió en el “fuego secreto” que ella llevaba dentro de sí, su luz en las tinieblas, y su fuerza en momentos de crisis.

Puede ser que todos sepamos que somos salvados por Dios, mas poco de nosotros nos damos cuenta de cuánto somos apreciados. Pocos han experimentado, como lo hizo la Madre Teresa, las verdaderas dimensiones del corazón de Dios. Y por tanto dudamos; preguntamos; no nos acercamos. En Sus comunicaciones interiores con la Madre Teresa, Jesús se lamentaría, “No Me conocen, así que no Me quieren”. Ayudar al mundo a conocerlo habría de convertirse en su misión — mostrarle hasta a los más humildes de nosotros cuánto somos atesorados, justo cuán bueno es Dios, y así, a cambio, revolver nuestra propia ansiedad por El.

En la unión de Su ansiedad por nosotros con la nuestra por El están las semillas del paraíso. Todo corazón humano necesita escuchar este mensaje y adentrarse en esta experiencia. En las eternas palabras de San Agustín, “*Deus sitit sitiri*”: Dios tiene sed de tener sed de . . .

## Cómo Usar una Meditación Dirigida

La meditación es una manera de entrar en un estado de oración en el que podemos encontrar a Dios de una manera profundamente personal. En una Meditación Dirigida, uno lee o escucha palabras que ayudan a tener una experiencia realista por medio del uso de la gracia de la imaginación. En esta meditación estarán imaginándose a Jesús con ustedes, hablándoles estas palabras directamente a ustedes. Pueden leerlas en silencio, pero es aún mejor leerlas en alta voz. Una manera es leerlas lentamente en una grabadora y después tocarlas.

De cualquier forma que la usen, esta meditación esta diseñada para enfrentarlos cara a cara con el misterio de la ansiedad de Dios por cada uno de nosotros — aquí, en este momento — y para ayudarnos a enfrentarnos a cualquier reto que encontremos en estos momentos difíciles.

La siguiente meditación fue escrita por el Padre Joseph Langford, MC, co-fundador de la comunidad de sacerdotes de la Madre Teresa. Está tomada de su libro, *Secret Fire: The Encounter That Changed Her Life and How It Can Transform Your Own* (© 2008, Publicado por Our Sunday Visitor).

## Comencemos

*Empiecen poniéndose en una posición cómoda. Cierren los ojos y respiren despacio y profundamente, dejando que todo su cuerpo se relaje. Dejen que las preocupaciones y los cuidados que han estado llevando consigo pasen a un segundo plano. Dejen que su mente se relaje junto con su cuerpo.*

*Si están leyendo la meditación, abran los ojos y comiencen a leer lenta y cuidadosamente, deteniéndose para cerrar los ojos y reflexionar sobre lo que acaban de leer. Si están escuchando su grabación, mantengan los ojos cerrados y permítanse imaginar a Jesús a su lado, diciéndoles las palabras a ustedes directamente.*

## Mira que estoy a la puerta y llamo (Ap. 3:20).

Es verdad.  
Estoy a la puerta de tu corazón, día y noche.  
Aún cuando no estés escuchando,  
aún cuando dudes que podría ser Yo,  
Estoy ahí.  
Espero hasta la más pequeña señal de



tu respuesta,  
hasta el más ligero susurro  
de una invitación que  
Me permita entrar.  
Y quiero que sepas que  
cuando sea que Me  
invites, siempre  
vendré sin fallar.  
Vendré silencioso y sin  
que me veas, pero con  
un poder y un amor  
infinitos,  
y trayendo los muchos  
dones de Mi Espíritu.  
Vendré con Mi misericordia,  
con Mi deseo de perdonarte y sanarte,  
y con un amor por ti  
que está más allá de tu comprensión,  
un amor tan grande como el amor  
que Yo he recibido del Padre.  
*Como el Padre me amó, así también los he amado Yo*  
(Jn.15:9).  
Vendré — ansiando consolarte y darte fuerza,  
para levantarte y curar todas tus heridas.  
Te traeré Mi luz,  
para dispersar tus tinieblas y todas tus dudas.  
Vendré con Mi poder,  
para llevarte y llevar todas tus cargas;  
con Mi gracia,  
para tocar tu corazón y transformar tu vida;  
y te daré Mi paz para calmar tu alma.

*Hagan una pausa aquí y reflexionen sobre lo que Jesús acaba de decirles. Permítanse descansar en Su presencia, sabiendo que El los ama y los acepta justo como son en este momento.*

Te conozco hasta la médula —  
Lo sé todo acerca de ti.  
He numerado los cabellos de tu cabeza.  
Nada en tu vida carece de importancia para Mí.  
Te he seguido a través de los años,  
Y siempre te he amado —  
Aún en tus desvíos.



Wittman

Conozco cada uno de tus problemas.  
Conozco tus necesidades y tus preocupaciones.  
Y sí, conozco todos tus pecados.  
Pero te diré de nuevo que te amo no por lo que has hecho o no hayas hecho — Te amo por ti,  
Por la belleza y la dignidad que mi Padre te dio creándote a Su imagen.  
Es una dignidad que has olvidado con frecuencia,  
una belleza que tú has manchado con el pecado.  
Pero yo te amo como eres,  
Y he derramado Mi sangre para ganarte de nuevo.  
Si tú tan sólo me lo pides con fe,  
Mi gracia tocará todo lo que necesita cambio en tu vida,  
y te daré la fuerza para que te libres del pecado  
y de todo su poder destructor.

*Hagan una pausa para abrirle su corazón a Jesús y revelen sus necesidades y sus deseos, sabiendo que El está con ustedes, escuchando y listo para responder.*

Sé lo que hay en tu corazón —  
Conozco tu soledad y todas tus penas —  
los rechazos, los juicios, las humillaciones.  
Yo lo soporté todo antes que tú.  
Y lo soporté todo por ti,  
Para que compartieras Mi fortaleza y Mi victoria.  
Especialmente, conozco tu necesidad de amor —  
cómo ansías ser amado/a y apreciado/a.  
Mas con cuánta frecuencia has ansiado en vano,  
buscando ese amor desinteresadamente,  
esforzándote para llenar ese vacío dentro de ti  
con placeres pasajeros —  
con el vacío aún más grande del pecado.  
¿Tienes sed de amor?  
*El que tenga sed que venga a Mí . . .* (Jn. 7:37).  
Yo te satisfaré y te llenaré.  
¿Ansías ser apreciado/a?  
Yo te valoro más de lo que puedes imaginar —  
Hasta el punto de morir en una cruz por ti.

*Hagan una pausa y permítanse sentir su sed, su deseo de ser amados/as, su deseo de que Dios llene todo su ser.*



Mother Teresa Center/©MTC

TENGO SED DE TI.  
Sí, esa es la única manera de siquiera empezar a describir Mi amor por ti:  
TENGO SED DE TI.  
Ansío amarte  
Y ser amado por ti —  
Eso es cuán precioso/a eres para Mí.  
TENGO SED DE TI.  
Ven a Mí,  
Y yo llenaré tu corazón y sanaré tus heridas.  
Te haré una nueva creación, y te daré paz,  
Aún en todas tus pruebas.  
TENGO SED DE TI.  
Tienes que no poner en duda nunca Mi misericordia,  
Mi aceptación de ti,  
Mi deseo de perdonar,  
Mi anhelo de bendecirte y de vivir Mi vida en ti.  
TENGO SED DE TI.  
Si sientes que no eres importante a los ojos del mundo, eso no importa en lo absoluto.  
Para Mí, no hay nadie más importante que tú en todo el mundo.  
TENGO SED DE TI.  
Abrete a Mí,  
ven a Mí,  
ten sed de Mí,  
dáme tu vida —  
y yo te probaré cuán importante eres para Mi corazón.