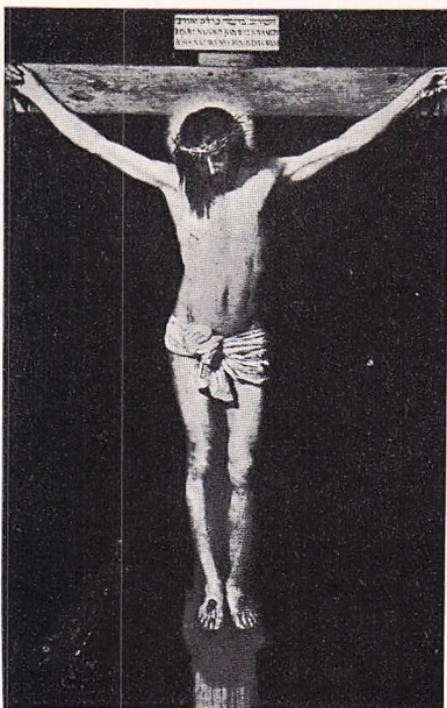




# EJERCICIOS ESPIRITUALES

S.5-D

**EJERCICIOS ESPIRITUALES**



Alma de Cristo, santificame.  
Cuerpo de Cristo, sálvame.  
Sangre de Cristo, embriágame.  
Agua del costado de Cristo, lávame.  
Pasión de Cristo, confórtame.  
Oh, buen Jesús, óyeme.  
Dentro de tus llagas, escóndeme.  
No permitas que me aparte de Ti.  
Del maligno enemigo, defiéndeme.  
En la hora de la muerte, llámame.  
Y mándame ir a Ti,  
Para que con tus santos, te alabe,  
Por los siglos de los siglos. Amén.

FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ANTIGUOS ALUMNOS SALESIANOS

SECRETARIADO NACIONAL

# EJERCICIOS ESPIRITUALES

LIBRERÍA SALESIANA

PASEO DE SAN JUAN BOSCO, 74 - BARCELONA (8)

LICENCIAS DE LA CONGREGACIÓN

---

IMPRÍMASE

El Inspector de la Provincia Salesiana Tarraconense

TOMÁS BARAUT

Barcelona-Sarriá, 1 de junio de 1954

OBISPADO DE BARCELONA

---

NIHIL OBSTAT

El Censor,

FELIPE ALCÁNTARA, S. D. B.

Barcelona, 10 de junio de 1954

IMPRÍMASE

† GREGORIO, Arzobispo-Obispo de Barcelona

Por mandato de Su Excía Rvma.

ALEJANDRO PECH, Pbro.

Canciller-Secretario

ES PROPIEDAD

---

ESCUELAS PROFESIONALES SALESIANAS.-BARCELONA-SARRIÁ.-1954

## PRÓLOGO

*La Federación Española de Antiguos Alumnos Salesianos tiene el gusto de patrocinar este manual del Antiguo Alumno Ejercitante, preparado por nuestros Superiores y debidamente autorizado.*

*Con ello cree hacer una cosa sumamente grata a cuantos compañeros acuden todos los años a hacer Ejercicios cerrados en las tandas organizadas por la Asociación. Todos deseaban el manual que les guiara en el trabajo de estos días santos y pusiese en sus manos los elementos necesarios para los diversos actos establecidos en la acomodación salesiana de los Ejercicios ignacianos. Es lo que se ha pretendido conseguir con este librito.*

*No conocemos otros manuales de Ejercicios para Antiguos Alumnos Salesianos. El presente no pretende ser único y mucho menos perfecto. Dios haga que el fervor de los Antiguos Alumnos exija pronto una ulterior y mejorada edición.*

*Se incorporan a nuestro opúsculo elementos de*

*los manuales de los Padres Llanos, S. J., y Tirso Arellano, S. J., que tanto han merecido de los Ejercicios en España, por estimar muy acertadas varias de sus fórmulas.*

*San Juan Bosco que, apenas ordenado sacerdote, se especializó en la dirección de los Ejercicios y los consideró siempre como uno de los medios más eficaces de su sistema pedagógico, bendecirá este incorporarse de sus hijos Antiguos Alumnos al actual y providencial movimiento de Ejercicios.*

*También en nosotros pensaba el amado Padre cuando escribió: "La parte fundamental de las prácticas de piedad, y que en cierto modo las abraza todas, consiste en hacer todos los años los Ejercicios Espirituales, y todos los meses, el Ejercicio de la Buena Muerte."*

*Los Antiguos Alumnos hemos de demostrar con los hechos que también en esto seguimos siendo fieles hijos de tan grande y dulce Padre.*

SECRETARIADO NACIONAL  
DE ANTIGUOS ALUMNOS SALESIANOS

*Madrid, Junio de 1954.*

## 1. NORMAS PRÁCTICAS

1. **Definición de los Ejercicios.** — “Por este nombre, Ejercicios Espirituales, se entiende todo modo de examinar la conciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mental y de otras espirituales operaciones, según más adelante se dirá. Porque así como el pasear, caminar y correr son ejercicios corporales, por la misma manera todo modo de preparar y disponer el ánimo, para quitar de sí todas las afeciones desordenadas, y después de quitadas para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del alma, se llaman Ejercicios Espirituales.” (San Ignacio de Loyola.)

Es decir: se trata de un campeonato del espíritu. No es, pues, lícita la actitud pasiva y de mero oyente. Debes vencer la pereza y la desgana. No te contentes con oír; trabaja tú personalmente, bien persuadido de que si no meditas tú, si no piensas seriamente en lo que oyes, si no reflexionas sobre ti mismo, será todo inútil para ti. Ha de pretender el ejercitante quitar todos sus desórdenes morales para instaurar plenamente la voluntad de Dios en su vida y así conseguir la salvación.

2. **Seriedad.** — Entrégate a los Ejercicios ya desde el principio con grande ánimo y generosidad; los Ejercicios no sirven para convertir a los que entran en ellos con mala voluntad. Entrégate a Dios totalmente y sin condiciones dispuesto a no negarle nada de lo que te pida.

Son pocos días; al menos durante ellos dedícate seriamente a pensar en las cosas de tu alma. De ello puede depender quizá tu salvación eterna y la de otras muchas almas.

3. **Silencio.** — Sin un ambiente de recogimiento y de silencio, no sacarás el debido fruto de los Ejercicios.

Silencio exterior: no hablando sin necesidad y evitando toda conversación inútil.

Silencio interior: recogimiento del espíritu, de la imaginación, de la memoria, del corazón, a fin de no oír otra voz sino la voz interna de Dios y la de la conciencia.

Tus recuerdos, pensamientos, lecturas y hasta descansos, encaminados únicamente a encontrar a Dios.

4. **Meditación.** — Procura, sobre todo, aprovechar bien todo el tiempo dedicado en el horario a la meditación. Es el acto más importante de los Ejercicios. Es el momento del trabajo personal, de la asimilación de las verdades mediante la reflexión profunda y el contacto con Dios.

Para hacer Ejercicios no basta oír, ni leer, ni

escribir ni rezar. Hacer Ejercicios quiere decir, sobre todo, meditar.

Es cierto que te costará un poco, pero te podrías dar por satisfecho si salieras de los Ejercicios habiendo aprendido a meditar. (Lee atentamente lo que se dice en la página 94.) 150.

5. **Oración.** — Para conseguir lo que pretendes en los Ejercicios, necesitas mucha gracia de Dios. Dios concede su gracia al que se la pide con humildad e insistencia.

Los hombres somos poco amigos de la oración vocal. Y sin embargo, el Señor dijo: “Pedid y recibiréis.” En estos días debes rezar y rezar de un modo nuevo. Reza despacio, *masticando* las palabras; fuerte, como si el Señor necesitara oírte físicamente.

Habla lo más posible con Dios y la Santísima Virgen, y pídele sacar de los Ejercicios todo el fruto que deben producir en ti.

6. **Penitencia.** — Otro medio infalible para atraer la gracia es la mortificación y penitencia. Mortificar nuestro cuerpo, privándole de alguna comodidad y de nuestros gustos y caprichos, es el modo viril de pagar nuestros pecados y disponernos a encontrar a Dios.

San Juan Bosco recomendaba sobre todo abstenerse de alguna cosa en el comer y beber, siempre que no perjudicara la salud.

En Ejercicios, la mortificación más necesaria es la ejercida contra el cansancio y el aburrimiento, lu-

chando contra el demonio que, aburriéndonos, quiere quitarnos el fruto de estos días.

**7. Apuntes.** — Después de cada meditación e instrucción, toma nota de lo que más te haya impresionado. Notas personales, impresiones íntimas, sentimientos piadosos, propósitos que vayas haciendo para adelante.

Conviene que escribas lo que más te interesa recordar y lo que más te puede servir el día de mañana; es una manera sencilla de meditar.

Las ventajas son grandes: graban más profundamente en el alma los sentimientos de los Ejercicios, hacen pensar, aclaran las ideas, reavivan su recuerdo al leer más tarde los apuntes.

**8. Tiempos libres.** — Cada uno los dedica a lo que más le convenga para sacar el mayor fruto posible de los Ejercicios.

--Recapacitar sobre las materias meditadas.

--Preparar la confesión o el plan de vida.

--Leer algún libro piadoso, sobre todo durante el paseo en silencio.

--Consultar a un confesor o al Director.

--Tomar apuntes de lo que tienes más interés en que no se te olvide.

--Hacer una visita al Santísimo en la capilla.

--Repasar los exámenes prácticos.

**9. Trato con el Director.** — Los Ejercicios de San Ignacio debían ser de un Padre Director a un ejer-

citante, para que toda la doctrina se aplicase al caso concreto de un individuo. Este fin se consigue hoy mediante el trato privado con el Director. Debes procurar ir a hablar con el Director, al menos dos veces: una al comienzo, en la primera parte de los Ejercicios; otra en la segunda parte, al final de los mismos.

Tal vez te sobrevenga la vergüenza o el orgullo; debes vencerlos.

No es necesario que le hables de tus pecados ni de tu historia pasada. Lee lo que se dice en la página 185 y verás que tienes tema sobrado para esos coloquios.

En ningún otro aspecto de los Ejercicios el demonio pondrá más impedimentos y engaños que en éste, queriendo impedir la entrevista.

La experiencia demuestra que sin coloquio o entrevista con el Director, de ordinario se ha perdido el tiempo en los Ejercicios.

## 2. GUÍA DEL EJERCITANTE

### DÍA 1

#### ENTRADA

Procura llegar con anticipación a la casa de Ejercicios. Entérate de la disposición de la casa, lugar de los diversos actos, etc....

Pide al Director lo que necesitas en orden al régimen de comida, libros de lectura, etc....

Procura conocer y cambiar impresiones con tus compañeros de Ejercicios.

Satisface tu curiosidad legítima antes de que comiencen los actos propios de los Ejercicios; una vez comenzados éstos, no debes vivir más que para ellos.

### DÍA 2

#### DÍA DE LA CONCENTRACIÓN Y ORIENTACIÓN

Protector: MARÍA AUXILIADORA.

*Lo que tienes que hacer hoy:*

1. Guardar con todo rigor el silencio y mantenerte recogido. Hazlo, aunque te cueste, porque el Señor te premiará este sacrificio.

2. Esfuérzate en meditar después de oír al predicador. Toma nota de lo que más te haya impresionado o de las inspiraciones recibidas. No te importe

si las meditaciones de hoy te impresionan poco. Busca la convicción, no la emoción.

3. Plantéate con toda claridad el problema de tu vida:

—Cuál es tu situación concreta.

—Qué conflicto hay en tu vida que tienes que resolver.

—Aquello que te ha movido a venir a los Ejercicios. (Paz del alma. Confesión de tus pecados. Fortalecer tu espíritu para la lucha. Elección de estado. Resolver <sup>cada</sup> punto determinado. Orientar la vida. Progreso espiritual. Trazarte un plan para el futuro. Reponerte del desgaste espiritual.)

4. Procura hablar cuanto antes con el Director; él te ayudará a fijar bien tu quehacer personal en estos Ejercicios.

Lee lo que se indica en la página 185: "Coloquio con el Director."

5. Si te sobra tiempo lee en el Kempis los siguientes capítulos:

—Libro I. Cap. 20 *Del amor de la soledad y el silencio.*

—Libro III. Cap. 9 *Principio y fundamento.*

—Libro III. Cap. 2. *Habla, Señor, que tu siervo te escucha.*

### DÍA 3

#### DÍA DE LA COMPUNCIÓN Y DE LA RECONCILIACIÓN CON DIOS

Protector: SAN JUAN BOSCO.

*Lo que tienes que hacer hoy:*

1. Preparar tu confesión de Ejercicios. Puedes

hacerla el día y a la hora que te venga mejor; pero procura dejarla ya hoy bien preparada.

2. Puedes prepararte a la confesión por escrito y siguiendo el formulario detallado de la página 157.

3. Debe ser una confesión profunda. Deja que la compunción invada todo tu ser, porque la compunción es la mejor disposición para asegurar la buena marcha de los Ejercicios.

4. Trata de conocer y fijar bien no sólo el número y especie de las faltas, sino también sus *causas*.

5. Si tienes alguna duda, habla con el Director de los Ejercicios y verás que todo quedará aclarado.

6. Si te sobra tiempo lee en el Kempis los capítulos siguientes:

—Libro I. Cap. 22. *Consideración de la miseria humana.*

—Libro I. Cap. 25. *De la enmienda de la vida.*

—Libro IV. Cap. 7. *Acusación a la propia conciencia.*

## DÍA 4

### DÍA DE LA DECISIÓN

Protector: SIERVO DE DIOS PRÍNCIPE AUGUSTO CZARTORYSKI.

*Lo que tienes que hacer hoy:*

1. La segunda parte de Ejercicios es mucho más importante que la primera y requiere mucho más cuidado de tu parte. Todo el fruto de los Ejercicios depende del fervor que pongas en hacer las meditaciones de esta segunda parte.

2. No olvides que la eficacia de los Ejercicios consiste en el encadenamiento lógico de las mate-

rias; cada meditación prepara la siguiente y contribuye al resultado final.

3. Piensa seriamente en la solución que vas a dar

—a tu situación concreta,

—al conflicto que hay en tu vida,

—a lo que buscabas y querías conseguir en los Ejercicios.

4. Lee lo que se dice en las páginas 187 y 190: “Reforma de vida” y “Elección de estado”.

5. Repasa los exámenes prácticos que más te interesan. (Pág. 176.)

6. Observa fielmente el silencio y para cualquier duda vete a hablar con el Director.

7. Si te sobra tiempo lee en el Kempis los capítulos siguientes:

—Libro II. Cap. 7 y 8. *Amor a Cristo.*

—Libro III. Cap. 56. *Seguir a Cristo.*

—Libro III. Cap. 18. *Imitar a Cristo.*

## DÍA 5

### DÍA DE LA GENEROSIDAD

Protector: SANTO DOMINGO SAVIO.

*Lo que tienes que hacer hoy:*

1. Es el día más trascendental porque se trata de recoger y concretar el esfuerzo realizado en los días anteriores. Planteado y estudiado el problema de tu vida, se trata de sacar de los Ejercicios una solución clara, limpia, y definitiva.

2. Si tienes pendiente la elección de estado, escribe las ventajas y los inconvenientes que crees

encontrar en el estado a que piensas eres llamado.

3. Piensa bien en el plan de vida: propósitos que vas a hacer y cómo los vas a cumplir. Lee lo que se dice en la página 188: "Plan de vida."

4. Sobre algunos propósitos convendría que hablaras antes con el Director. Puedes leer lo que se dice en la página 186: "Coloquio segundo con el Director."

5. No pongas tus propósitos en limpio ni hagas la redacción definitiva, hasta el momento que designará el Director, a última hora de la tarde.

6. Continúa observando el silencio fielmente.

7. Si te sobra tiempo puedes leer en el Kempis los capítulos siguientes:

—Libro II. Cap. 11 y 12. *Del amor a la Cruz.*

—Libro III. Cap. 23 y 25. *De la paz del corazón.*

—Libro III. Cap. 49. *Del cielo.*

—Libro III. Cap. 5 y 6. *Del amor de Dios.*

## DÍA 6

### FINAL DE EJERCICIOS

Has podido saborear cuán delicioso es vivir a solas consigo mismo, a solas con Dios.

No tengas prisa en marchar de la casa de Ejercicios. Procura asistir a todos los actos de hoy, hasta después de la comida.

Procura conocer a todos tus compañeros ejercitantes, cambiar impresiones con ellos, comunicarles tus actividades y posibles iniciativas para el porvenir.

### **3. PRESENTACIÓN A JESÚS SACRAMENTADO**

El día de entrada y ante el Santísimo expuesto, el Director puede hacer la presentación de los ejercitantes a Jesús Sacramentado en la forma que sigue u otra parecida.

Señor Jesús, aquí tienes a este grupo de discípulos tuyos que Tú llamaste. Aquí están. Tú los has traído. Tal vez, Señor, alguno resistió a tu llamada, pero Tú al fin venciste y todos han dejado por unos días el mundo para escucharte a Ti.

Tú sabes cómo vienen y por qué vienen. Mejor que ellos, Tú conoces su corazón, sus pasiones, su ceguera, sus resistencias, sus problemas todos.

Tú los conoces así como son, conoces ese temor y preocupación que ahora les embarga al comienzo de algo que les cuesta, de estos días que temieron y desearon a la vez, de este retiro tan poco atractivo a la naturaleza.

Pero han venido. Sobre sus debilidades y miserias ha triunfado tu gracia en ellos y con su rasgo, quizá para alguno heroico, de arrancarse de su mundo y venirse a Ti, merecen tu ayuda, tus gracias, las que sin duda alguna quieres verter sobre todos y cada uno de ellos.

Recuerda, Señor, aquellas maravillas obradas por

tu poder y tu corazón sobre las muchedumbres de enfermos que se acercaban a Ti pidiendo un milagro. Estos también son enfermos del espíritu, unos ciegos, otros paralíticos, otros leprosos, otros muertos; ellos también se acercan ansiosos, ellos también te piden el milagro...

Saben lo que son los Ejercicios: una purificación total de sus vidas, tan dañadas por el mundo que los rodea, un como bautismo nuevo de gracia y de virtud, para conseguir después esa iluminación espléndida y definitiva que les haga conocer tu voluntad sobre el curso de su existencia.

Y vienen a orar, a clamar a Ti llenos de angustia y de confianza: "Señor, Señor, ten misericordia..." Vienen a pedir perdón, a demandarte vida, vienen a hacer penitencia y vienen a recogerse totalmente en el silencio impresionante de estos días para no oírte sino a Ti, a quien nunca pudieron oír bien por el ruido que los rodeaba; vienen a pensar, a dialogar contigo, a fortalecerse con tu contacto, a vivir junto a Ti.

Y por la intercesión de San Ignacio de Loyola, a quien Tú revelaste este medio de salvación que son los Ejercicios; de San Juan Bosco, nuestro Padre; alegres y alentados por la maternal mirada de María Auxiliadora, Maestra única en el arte de encontrarte a Ti, imploran al comienzo de estos días tu bendición de acogida, bendición que nos asegure a todos que estás propicio, que tomas la dirección de esta experiencia extraordinaria, que vas a hablarnos, Señor.



Ella en mi niñez  
mis pasos guió,  
por eso desde niño  
siempre la quise yo.

Envíanos a tu Divino Espíritu que desde el fondo de nuestro corazón nos dicte tus palabras de luz y nos vivifique, y ofrece a tu Eterno Padre la oblación de estos días dedicados únicamente al asunto primordial de nuestra vida: la salvación propia y la glorificación tuya, que con el Padre y el Espíritu Santo vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén.

#### 4. ORACIONES DE LA MAÑANA

POR LA SEÑAL—de la santa Cruz,—de nuestros enemigos — libranos, Señor, Dios nuestro. — En el nombre del Padre—y del Hijo—y del Espíritu Santo. Amén.

V. Ángelus Dómini nunciávit Maríae.

R. Et concépit de Spíritu Sancto.

Dios te salve, María, etc....

V. Ecce ancilla Dómini.

R. Fiat mihi secúndum verbum tuum.

Dios te salve, María, etc....

V. Et Verbum caro factum est.

R. Et habitávit in nobis.

Dios te salve, María, etc....

V. Ora pro nobis, sancta Dei Génitrix.

R. Ut digni efficiámur promissionibus Christi.

#### OREMUS

Grátiam tuam quaésumus, Dómine, méntibus nostris infúnde: ut qui Ángelo nuntiánte, Christi Fílii tui incarnationem cognóvimus; per passiónem eius et crucem, ad resurrectiónis glóriam perducámur. Per eúmdem Christum Dóminum nostrum. Amen.

*(Se dice luego tres veces:)*

V. Glória Patri et Fílio et Spirítui Sancto.

R. Sicut erat in principio, et nunc et semper, et in saécula saeculórum. Amen.

### Ofrecimiento de obras

OS ADORO, Dios mío,—y os amo de todo corazón,—os doy gracias por haberme creado,—hecho cristiano y conservado en esta noche.—Os ofrezco las obras de este día;—haced que sean todas conformes con vuestra santa voluntad,—para vuestra mayor gloria.—Preservadme del pecado y de todo mal.—Sea siempre conmigo vuestra gracia—y con todos los míos. Así sea.

### Padre nuestro

PADRE NUESTRO, que estás en los cielos—santificado sea el tu nombre;—venga a nos el tu reino,—hágase tu voluntad, así en la tierra como en el cielo.—El pan nuestro de cada día, dánosle hoy,—y perdonáanos nuestras deudas,—así como nosotros perdonamos a nuetros deudores,—y no nos dejes caer en la tentación,—ma líbranos de mal. Amén.

### Avemaría

DIOS TE SALVE, MARÍA, llena eres de gracia;—el Señor es contigo;—bendita tú eres entre todas las mujeres,—y bendito es el fruto de tu vientre, Jesús.—Santa María, Madre de Dios,—ruega por nosotros pecadores,—ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén.

## Credo

CREO EN DIOS, Padre todopoderoso,—Creador del cielo y de la tierra,—y en Jesucristo, su único Hijo, nuestro Señor;—que fué concebido por obra y gracia del Espíritu Santo,—nació de Santa María Virgen,—padeció debajo del poder de Poncio Pilatos;—fué crucificado, muerto y sepultado;—descendió a los infiernos;—al tercer día resucitó de entre los muertos;—subió a los cielos;—está sentado a la diestra de Dios Padre todopoderoso;—desde allí ha de venir a juzgar a los vivos y a los muertos.—Creo en el Espíritu Santo,—la Santa Iglesia Católica,—la comunión de los Santos,—el perdón de los pecados,—la resurrección de la carne,—la vida perdurable. Amén.

## Salve

DIOS TE SALVE, REINA, y Madre de misericordia,—vida, dulzura y esperanza nuestra, Dios te salve.—A Ti llamamos los desterrados, hijos de Eva;—a Ti suspiramos, gimiendo y llorando en este valle de lágrimas.—Ea, pues, Señora, abogada nuestra,—vuelve a nosotros esos tus ojos misericordiosos,—y después de este destierro muéstranos a Jesús,—fruto bendito de tu vientre.—¡Oh clementísima, oh piadosa, oh dulce Virgen María!—Ruega por nos, Santa Madre de Dios,—para que seamos dignos—de alcanzar las promesas de Nuestro Señor Jesucristo. Amén.

## Al Ángel Custodio

ÁNGEL DE DIOS, que eres mi custodio,—ilumíname, guárdame, guíame, gobiérname,—puesto que a ti me ha confiado—la Bondad divina. Así sea.

### Los diez Mandamientos de la Ley de Dios

El primero, amar a Dios sobre todas las cosas.

El segundo, no jurar su santo nombre en vano.

El tercero, santificar las fiestas.

El cuarto, honrar padre y madre.

El quinto, no matar.

El sexto, no fornicar.

El séptimo, no hurtar.

El octavo, no levantar falso testimonio ni mentir.

El noveno, no desear la mujer de tu prójimo.

El décimo, no codiciar los bienes ajenos.

### Los Mandamientos de la Santa Madre Iglesia

El primero, oír misa entera todos los domingos y fiestas de guardar.

El segundo, confesar una vez al año—o antes si espera peligro de muerte—o si se ha de comulgar.

El tercero, comulgar por Pascua Florida.

El cuarto, ayunar cuando lo manda la Santa Madre Iglesia.

El quinto, pagar diezmos y primicias a la Iglesia de Dios.

## Los siete Sacramentos

Primero, Bautismo. — Segundo, Confirmación. — Tercero, Eucaristía. — Cuarto, Penitencia. — Quinto, Extrema Unción. — Sexto, Orden. — Séptimo, Matrimonio.

### Acto de Fe

Creo en Dios Padre,—creo en Dios Hijo,—creo en Dios Espíritu Santo.—creo en la Santísima Trinidad,—tres personas distintas y un solo Dios verdadero.—Creo en los misterios de la Encarnación,—vida, Pasión y Muerte,—Resurrección y Ascensión de mi Señor Jesucristo—Dios y hombre verdadero.—Creo igualmente porque Dios lo ha revelado,—todo cuanto cree y enseña—con autoridad infalible—la Santa Iglesia Católica,—Apostólica, Romana,—y en esta fe protesto—que quiero vivir y morir.

### Acto de Esperanza

Espero en Dios Padre,—espero en Dios Hijo,—espero en Dios Espíritu Santo.—Espero, Dios mío,—que por los méritos infinitos de mi Señor y Salvador Jesucristo,—me daréis la vida eterna—que misericordiosamente habéis prometido—a los que os sirvan fielmente—con buenas obras—que propongo practicar con el auxilio de vuestra divina gracia.

### Acto de Caridad

Amo a Dios Padre,—amo a Dios Hijo,—amo a Dios Espíritu Santo,—amo a mi Señor y Redentor

Jesucristo.—Os amo, Dios mío,—sobre todas las cosas,—porque sois infinitamente bueno—y digno de ser amado;—amo a María Santísima,—Madre de Dios y Señora nuestra,—y por amor a Dios, amo a mi prójimo como a mí mismo.

### Acto de Contrición

Señor mío, Jesucristo,—Dios y hombre verdadero,—Criador, Padre y Redentor mío,—por ser Vos quien sois, y porque os amo sobre todas las cosas,—a mí me pesa,—pésame, Señor, de todo corazón,—de haberos ofendido,—y propongo firmemente—nunca más pecar,—confesarme,—cumplir la penitencia que me fuere impuesta—y apartarme de todas las ocasiones de ofenderos;—ofrézcoos mi vida,—obras y trabajos en satisfacción de todos mis pecados—y confío en vuestra bondad—y misericordia infinita—me los perdonaréis por los méritos—de vuestra preciosísima Sangre,—Pasión y Muerte,—y me daréis gracia para enmendarme—y para perseverar en vuestro santo servicio—hasta el fin de mi vida. Amén.

### Oración a San Luis Gonzaga

Glorioso San Luis Gonzaga,—yo os suplico humildemente me toméis bajo vuestra protección—y me obtengáis del Señor,—los auxilios necesarios—para practicar vuestras virtudes durante mi vida,—a fin de obtener una santa muerte—y ser un día partícipe de vuestra gloria en el Paraíso.—Así sea.

*Sancte Aloísi, ora pro nobis.*

*Ab omni malo, liberanos, Dómine.*

*Según la intención del Sumo Pontífice para ganar las indulgencias: Padrenuestro, Avemaría y Gloria Patri.*

*Por la paz en nuestra familia: Avemaría y Gloria Patri.*

*Por nuestros padres, parientes, bienhechores y por las personas encomendadas a nuestras oraciones: Padrenuestro, Avemaría y Gloria Patri.*

*Por los fieles difuntos:*

### SALMO 109

*De profúndis clamávi ad te, Dómine: \* Dómine, exáudi vocem meam.*

*Fiant aures tuae intendéntes \* in vocem deprecationis meae.*

*Si iniquitátes observáberis, Dómine: \* Dómine, quis sustinébít?*

*Quia apud te propitiátio est \* et propter legem tuam sustínui te, Dómine.*

*Sustínuit ánima mea in verbo eius: \* sperávit ánima mea in Dómino.*

*A custódia matutina usque ad noctem \* speret Israël in Dómino.*

*Quia apud Dóminum misericórdia, \* et copiósa apud eum redéptio.*

*Et ipse redímét Israël, \* ex*

Desde lo más profundo, clamé a Ti, oh Señor: \* Señor, oye mi voz.

Estén atentos tus oídos \* a la voz de mi deprecación.

Si te pones a examinar, Señor, nuestros pecados; \* Señor, ¿quién subsistirá?

Mas en Ti se halla la clemencia; \* y en vista de tu ley he confiado en Ti, Señor.

Se ha apoyado mi alma en la promesa del Señor; \* ha esperado mi alma en el Señor.

Desde el amanecer hasta la noche \* espere Israel en el Señor.

Porque en el Señor está la misericordia, \* y la copiosa redención de los pecados.

Él es el que redimirá a Is-

*omnibus iniquitatibus eius.*

*℣. Réquiem aetérnam dona eis, Dómine.*

*℞. Et lux perpétua luceat eis.*

*℣. A porta inferi.*

*℞. Érue, Dómine, ánimas eórum.*

*℣. Requiéscant in pace.*

*℞. Amen.*

*℣. Dómine, exáudi oratió-nem meam.*

*℞. Et clamor meus ad te véniat.*

#### OREMUS

*Fidélium, Deus, ómnium Cón-ditor et Redémptor, ani-mábus famulórum famula-rúmque tuárum remissionem cunctórum trí-bue peccató-rum; ut indulgéntiam, quam semper optavérunt, piis sup-plicatió-nibus consequántur. Qui vivis et regnas in saécu-la saeculórum.*

*℞. Amen.*

*℣. Réquiem aetérnam dona eis, Dómine.*

*℞. Et lux perpétua luceat eis.*

*℣. Requiéscant in pace.*

*℞. Amen.*

rael \* de todas sus iniquida-des.

*℣. Dales, Señor, el descanso eterno.*

*℞. Y brille para ellos la luz perpetua.*

*℣. De las puertas del infierno.*

*℞. Libra, Señor, sus almas.*

*℣. Descansen en paz.*

*℞. Amén.*

*℣. Señor, escucha mi plegaria.*

*℞. Y mi clamor llegue a Ti.*

#### ORACIÓN

Oh Dios, Creador y Redentor de todos los fieles, concede a las almas de tus siervos y siervas la remisión de todos sus pecados; para que, por nuestros piadosos ruegos, consigan perdón por el que siempre suspiraron. Tú que vives y reinas por los siglos de los siglos.

*℞. Amén.*

*℣. Dales, Señor, el descanso eterno.*

*℞. Y brille para ellos la luz perpetua.*

*℣. Descansen en paz.*

*℞. Amén.*

## 5. ORACIONES LITÚRGICAS

### Prima (1)

- LECTOR.** Ven, oh Dios, en mí ayuda.  
**TODOS.** Señor, apresúrate a socorrerme.  
**LECTOR.** Gloria al Padre...  
**TODOS.** Como era en el principio...

### HIMNO

- LECTOR.** Del sol despunta ya el fulgor;  
ruégate el canto matinal  
que en nuestros actos, oh Señor,  
nos libres hoy de todo mal.
- TODOS.** A nuestra lengua un freno pon.  
Ni lid resuene baladí,  
ni beba sombras de ilusión  
la vista consagrada a Ti.
- Da a nuestro pecho puro ser;  
aleja la perversidad.  
La carne aplaste y su poder  
el puño de la sobriedad.

---

(1) Prima y Completas pertenecen al rezo del Jueves y son traducción del Rvdo. don José Luis Carreño, S. D. B.

Que cuando al fin se oculte el sol  
y entren las sombras en pos de él,  
salmodie, al último arrebol,  
un alma sobria, pura y fiel.

Gloria y loor, oh Padre, a Ti,  
y al Unigénito, loor;  
por siempre honor te den así,  
oh Espíritu consolador. Amén.

## SALMO 22

El Buen Pastor y huésped divino. David, pastor en sus mocedades, tuvo que vagar, luego perseguido por los desertos, acogiéndose a la leal hospitalidad de los pastores nómadas. Pero Dios era su verdadero Pastor.

Dios me apacienta; no me falta nada;  
me acuesta en el tapiz de la pradera.

Mi alma sustenta, y la hace sosegada,  
sestear de las aguas a la vera.

Por su Nombre conduce el paso mío  
por la derecha senda.

Conmigo estás; no temo el valle umbrío  
ni que el zarpazo de maldad me ofenda.

Tu vara y tu cayado  
siempre me han consolado.

Un festín preparástemme, me intriga  
la pericia enemiga.

Ungiste mi cabeza con aceite  
y mi cáliz rebosa de deleite.

Tu gracia y bienquerencia  
me escoltan a través de mi existencia.

Por larguísimos años viviré  
en la santa morada de Yavé.

Oh Padre, oh Hijo, oh Espíritu, almo Dios,  
gloria y adoración ríndase a Vos.  
Cual es, cual fué, cual será también  
por los siglos de los siglos siempre. Amén.

### SALMO 71

El reinado del Mesías. Se formulan votos y esperanzas para el nuevo monarca. Predice el reinado del Mesías, su duración perpetua, su extensión universal.

Tu juicio otorga al Rey, oh Dios clemente,  
y tu equidad al príncipe depara;

que gobierne a tu pueblo justamente,  
y a tus pobres, oh Dios, con justa vara.

Paz para el pueblo el monte ha florecido;  
crece justicia en el collado en flor.

Viene a amparar al pobre y desvalido;  
alza al humilde y hunde al opresor.

Cual dura el sol, su vida se conserva;  
cuanto el astro nocturno él durará.

Bajará cual la lluvia por la yerba,  
lluvia que el suelo fecundando va.

Y la justicia brotará en sus días,  
y así también abundará la paz,

mientras siga ostentando en noches frías  
la luna el brillo de su argéntea faz.

Oh Padre, oh Hijo, oh Espíritu, almo Dios,  
gloria y adoración ríndase a Vos.

Cual es, cual fué, cual lo será también  
por siglos de los siglos, siempre. Amén.

### SALMO 71

(Continuación.)

Y es de un mar a otro mar su vasto imperio;  
del río al linde extremo es su poder.

Su enemigo se humilla en cautiverio  
y a su rival el polvo ve morder.

Los reyes de las islas le dan dones,  
y los de Arabia, y Tarsis y Sabá;

y han de servirle todas las naciones:  
todo príncipe o rey le adorará.

Pues a aquel que le invoca, pobrecillo...  
viene a salvar, y al triste sin sostén;

y al mísero y al débil y al sencillo,  
dará vida y favor, clemencia y bien.

Los salvará de injurias y opresión:  
su sangre y vida ante Él preciosas son.

Por eso gozará de larga vida  
y será su memoria bendecida.

Se alza sin fin por él una oración  
y oro la Arabia le presenta en don.

Y el trigo abundará sobre la tierra  
susurrando en las cimas de la sierra,

y emulará el murmullo de sus mieses  
del Líbano a los cedros y cipreses;

y en la ciudad florecerá la gente  
como la hierba en la pradera en mayo;

y su nombre bendito eternamente  
ha de durar cuanto, del sol el rayo.

Y en él las tribus de la tierra entera  
cubiertas se verán de bendición,

llamándole dichoso por doquiera  
toda estirpe o nación.

Bendito sea el Señor, Dios de Israel;  
el que obra maravillas sólo es Él.

Y su Nombre, glorioso al infinito  
eternamente aclámese bendito.

Lleno el mundo se vea  
de su gloria sin límite. Así sea.

Oh Padre, oh Hijo, oh Espíritu, almo Dios,  
gloria y adoración ríndase a Vos,

cual es, cual fué, cual lo será también  
por los siglos de los siglos, siempre. Amén.

LECTOR.—Amad la paz y la verdad, dice Dios Omnipotente.

TODOS.—Gracias sean dadas a Dios.

LECTOR.—Cristo, Hijo del Dios viviente, apiádate de nosotros.

TODOS.—Cristo, Hijo del Dios viviente, apiádate de nosotros.

LECTOR.—Tú que te sientas a la diestra del Padre.

TODOS.—Apiádate de nosotros.

LECTOR.—Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

TODOS.—Cristo, Hijo del Dios viviente, apiádate de nosotros.

LECTOR.—Levántate, oh Cristo, ayúdanos.

TODOS.—Y líbranos por causa de tu Nombre.

LECTOR.—El Señor sea con vosotros.

TODOS.—Y con tu Espíritu.

LECTOR.—

#### OREMOS

Oh Señor, Dios Omnipotente, que nos hiciste llegar al principio de este día: sálvanos hoy con tu fortaleza; para que en este día no nos desviemos hacia ningún pecado, sino que siempre tiendan nuestras palabras y se enderecen nuestros pensamientos y nuestras obras a cumplir tu justicia. Por Cristo Nuestro Señor.

TODOS.—Amén.

LECTOR.—El Señor sea con vosotros.

TODOS.—Y con tu espíritu.

LECTOR.—Bendigamos al Señor.

TODOS.—Gracias sean dadas a Dios.

LECTOR.—Preciosa es a los ojos del Señor.

TODOS.—La muerte de sus Santos.

Al llegar aquí se lee el Martirologio.

LECTOR.—Santa María y todos los Santos intercedan por nosotros al Señor, para que merezcamos ser ayudados y salvados por Aquél que vive y reina por los siglos de los siglos.

TODOS.—Amén.

LECTOR.—Oh Dios, ven en mi ayuda.

TODOS.—Señor, apresúrate a socorrerme. (*Se dice tres veces.*)

LECTOR.—Gloria al Padre...

TODOS.—Como era en el principio...

LECTOR.—Señor, ten piedad de nosotros.

TODOS.—Cristo, ten piedad de nosotros.

LECTOR.—Señor, ten piedad de nosotros.

Padre nuestro... (*Lo dicen en secreto.*)

Y no nos dejes caer en la tentación.

TODOS.—Mas líbranos de mal.

LECTOR.—Posa tu mirada, Señor, sobre tus siervos y sobre sus obras y dirige a los hijos suyos.

TODOS.—Y brille la luz del Señor Dios nuestro sobre nosotros. Dirige en nosotros las obras de nuestras manos, y la operación de nuestras manos en derecha.

LECTOR.—Gloria al Padre...

TODOS.—Como era en el principio...

LECTOR.—

### OREMOS

Dígnate, oh Señor Dios, Rey del cielo y la tierra, dirigir y santificar, regir y gobernar hoy nuestros corazones y nuestros cuerpos en tu ley y en las obras de tus mandatos; para que con tu auxilio merezcamos aquí y por siempre ser salvos y libres, oh Salvador del mundo, que vives y reinas por los siglos de los siglos.

TODOS.—Amén.

UNO.—Manda bendecir, Señor.

LECTOR.—Que el Señor Omnipotente disponga en paz nuestros días y nuestras acciones.

TODOS.—Amén.

UNO.—Que el Señor dirija nuestros corazones y nuestros cuerpos en la caridad de Dios y en la paciencia de Cristo. Y Tú, Señor, apiádate de nosotros.

TODOS.—Gracias sean dadas a Dios.

LECTOR.—Nuestro auxilio está en el Nombre del Señor.

TODOS.—Quien hizo cielos y tierra.

UNO.—Benedicid.

TODOS.—Oh Dios.

LECTOR.—Que el Señor nos bendiga y nos defienda de todo mal y nos conduzca a la vida eterna. Y las almas de los fieles, por la misericordia de Dios, descansen en paz.

TODOS.—Amén.

## 6. LA MEDITACIÓN EN EJERCICIOS

### I. Veni Creátor

*Veni, Creátor Spíritus,  
mentes tuórum visita,  
imple supérna grátia,  
quae tu creásti pectora.*

*Qui diceris Paráclitus,  
Altíssimi donum Dei,  
Fons vivus, ignis, caritas  
et spiritalis unctio.*

*Tu septifórmis múnere,  
dígitus Patérnae dexteræ,  
Tu rite promissum Patris  
sermóne ditans gúttura,*

*Accénde lumen sénsibus:  
infúnde amórem córdibus:  
infirma nostri córporis,  
virtúte firmans pérpeti.*

*Hoslem repéllas lóngius,  
pacémque dones prótinus:*

Ven, Espíritu Creador,  
visita las almas de tus fieles  
y llena de la divina gracia  
los corazones que Tú creaste.

Tú eres nuestro Consolador,  
Don del Altísimo,  
Fuente viva, fuego, amor  
y espiritual unción.

Tú derramas sobre nosotros  
los siete dones; Tú, el dedo  
de la mano de Dios.  
Tú el Prometido del Padre.  
Tú quien pones en nuestros  
labios los tesoros de tu pala-  
bra.

Alumbra con tu luz nues-  
tros sentidos,  
infunde tu amor en nuestros  
corazones  
y con tu perpetuo auxilio  
fortalece nuestra frágil carne.

Aleja de nosotros el ene-  
migo,

*ductóre sic te prævio  
vitémus omne nóxium.*

*Per te sciámus da Patrem,  
noscámus atque Filium,  
teque utriúsq; Spiritum,  
credámus omni témpore.*

*Deo Patri sit glória,  
et Filio, qui a mórtuis  
surréxit, ac Paráclito  
in saeculórum saécula. Amen.*

*℣. Emitte Spiritum tuum  
et creabúntur.*

*℞. Et renovábis fáciem  
terrae.*

OREMUS

*Deus, qui corda fidélium  
Sancti Spíritus illustratióne  
docuísti, da nobis in eódem  
Spíritu, recta sápere et de  
ejus sempér consolatióne  
gaudére. Per Christum Dó-  
minum nostrum.*

*℞. Amen.*

danos pronto a gustar tu paz,  
sé Tú mismo nuestro guía;  
y puestos bajo tu direcció  
evitemos todo lo nocivo.

Que por Ti conozcamos al  
Padre,  
y también al Hijo;  
y que en Ti, Espiritu de en-  
trambos,  
creamos en todo tiempo.

Gloria a Dios Padre,  
y al Hijo que resucitó de  
entre los muertos,  
y al Espiritu Consolador  
por los siglos de los siglos.  
Amén.

*℣. Envía tu Espiritu y se-  
rán creados.*

*℞. Y renovarás la faz de  
la tierra.*

OREMOS

Oh Dios, que enseñaste a  
los corazones de tus fieles  
con la ilustración del Espíri-  
tu Santo: haz que guiados  
por este mismo Espiritu, sa-  
boreemos la dulzura del bien  
y gocemos siempre de tus di-  
vinos consuelos. Por Jesucris-  
to Nuestro Señor.

*℞. Amén.*

## Breve invocación del Espíritu Santo

Ven, oh Espíritu Santo,—llena los corazones de tus fieles—y enciende en ellos el fuego de tu amor.

V. Envíanos, Señor, tu Espíritu y todo será creado.

R. Y renovarás la faz de la tierra.

ORACIÓN.—Oh Dios, que enseñaste a los corazones de los fieles con la ilustración del Espíritu Santo, haz que guiados por este Espíritu, saboreemos la dulzura del bien y gocemos siempre de tus divinos consuelos. Por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.

## II. Oración preparatoria

Pongámonos en la presencia de Dios; pidámosle perdón de nuestros pecados y la gracia de hacer bien esta meditación. (*Pausa. Después todos juntos.*)

DIOS MÍO, postrado ante vuestra presencia,—os adoro y os amo como Criador,—Salvador y sumo Bien mío;—me arrepiento de todo corazón de haberos ofendido;—concededme la gracia de comprender bien las verdades que voy a meditar—y encendedme de amor por Vos.—Virgen María, Madre de mi Jesús,—Ángel de mi Guarda,—San Juan Bosco,—Santos y Santas del Cielo,—rogad por mí.

## III. Exposición del predicador

### IV. Reflexión personal

Una vez haya terminado el predicador de exponer la materia de la meditación, se tomará el ejerci-

tante un espacio de tiempo para pensar en ella. (No debería ser menos de un cuarto de hora y, a ser posible, hasta completar la hora.)

—*Recordando lo oído.*

—*Aplicándolo a su vida personal.*

—*Hablando con Dios sobre la materia expuesta.*

—*Tomando nota de las ~~em~~emociones e impresiones recibidas.*

—*Tomando nota de los propósitos hechos.*

## V. Oraciones finales de la meditación

### A LA VIRGEN

Se hace una súplica a Nuestra Señora —con alguna de las oraciones que van a continuación—y se reza una Ave-maría para que nos ayude a poner en práctica las resoluciones tomadas.

1. OH SANTÍSIMA e Inmaculada Virgen Auxiliadora: Nosotros nos consagramos enteramente a Vos y os prometemos dirigir siempre nuestras obras a la mayor gloria de Dios y a la salvación de las almas. Dignaos, os lo suplicamos, mirar con ojos de misericordia, a la Iglesia y a su augusto Pontífice, a los sacerdotes y misioneros, a la Familia Salesiana, a nuestros parientes y bienhechores, a la juventud cristiana, a los pobres pecadores y moribundos y a las almas del Purgatorio. Enseñadnos, oh Madre amantísima, a imitar las virtudes de nuestro Santo Fundador, especialmente la angelical modestia, profunda humildad y ardiente caridad. Haced, oh María Auxiliadora, que por vuestra poderosa intercesión salga-

mos victoriosos de los enemigos de nuestra alma, en la vida y en la muerte y logremos de este modo haceros corona con San Juan Bosco en el Cielo. Así sea.

2. INMACULADA VIRGEN Y MADRE MÍA. A Vos, que sois la Madre de mi Salvador, la Reina del mundo, la abogada, la esperanza y refugio de los pecadores, en este día yo, que soy el más miserable de todos, os venero, gran Reina, y humildemente os agradezco todas las gracias y mercedes que hasta ahora me habéis otorgado, especialmente la de haberme librado del infierno tantas veces merecido por mis pecados. Os amo, Señora amabilísima, y por el amor que os tengo, propongo siempre serviros y hacer cuanto pueda para que de todos seáis servida. En Vos, Madre de misericordia, después de mi Señor Jesucristo, pongo todas mis esperanzas. Admitidme por vuestro siervo; defendedme con vuestra protección; y, pues que sois tan poderosa para con Dios, libradme de las tentaciones, o bien alcanzadme la gracia de vencerlas hasta la muerte. Os pido verdadero amor hacia Jesucristo, y por Vos espero alcanzar una buena muerte. Oh Señora y Madre mía, por el abrasado amor que tenéis a Dios, os ruego que siempre me ayudéis y favorezcáis, pero mucho más en el último instante de mi vida. No me desamparéis hasta verme salvo en el cielo, alabando, cantando vuestras misericordias por toda la eternidad, amén. Así lo espero, así sea.

### 3. BENDITA SEA TU PUREZA

y eternamente lo sea,  
pues todo un Dios se recrea  
en tan graciosa belleza;  
a Ti, celestial Princesa,  
Virgen, Sagrada María,  
te ofrezco desde este día  
alma, vida y corazón.  
Mírame con compasión,  
no me dejes, Madre mía.

4. MADRE MÍA INMACULADA: bendecidme con una bendición de pureza que me aleje de todo pecado; con una bendición de fidelidad que me haga cumplir todos mis deberes; con una bendición de amor que me haga amaros como a Madre; con una bendición de Madre que me haga amar de corazón a Jesucristo. Amén.

### A JESUCRISTO

Nos dirigimos a Jesucristo para que nos una a Él y nos lleve al Padre. Récese una de las oraciones siguientes con el *Alma de Cristo*.

1. Oh Señor mío Jesucristo, que eres para nosotros camino, verdad y vida: haz que te conozca internamente a Ti, para que conociéndote te ame y amándote, te siga y te imite cuanto pueda. Amén. (*Alma de Cristo*.)

2. Ojos de Jesús, miradme. Labios de Jesús, habladme. Oh pies de Jesús, buscadme. Manos de Jesús, bendecidme. Brazos de Jesús, abrazadme. Co-

razón de Jesús, amadme y a la eterna gloria llevadme. (*Alma de Cristo.*)

3. Concédeme, Señor, la gracia de conocer internamente tu verdad, sentir profundamente tus ofensas, oír interiormente tu voz, buscar ardientemente tu beneplácito, cumplir fielmente tu santa voluntad, aprender dócilmente tus lecciones, imitar exactamente tus ejemplos y, sobre todo, amarte como lo exige tu bondad infinita y como corresponde a tu infinito amor. Amén. (*Alma de Cristo.*)

4. Escribe, Señor, tus heridas en mi corazón para que lea en ellas tu dolor y tu amor; a fin de que, viendo tu dolor, sufra por Ti cualquier dolor; y viendo tu amor, desprecie por Ti todo otro amor. Amén. (*Alma de Cristo.*)

#### AL ETERNO PADRE

Hacer oración al Padre Eterno con gran reverencia —mediante algunas de las oraciones litúrgicas siguientes— y terminar con un Padrenuestro.

1. Oh Dios omnipotente y misericordioso de cuya largueza proviene el que tus fieles te sirvan digna y loablemente: haz que nuestra voluntad esté siempre a Ti consagrada y con sincero corazón sirvamos a tu Majestad.

Oh Dios protector de los que en Ti esperan, sin el cual nada hay firme, nada hay santo; multiplica sobre nosotros tu misericordia, para que siendo Tú quien nos rija y Tú quien nos guíe, de tal modo pasemos por los bienes temporales que no perdamos los

eternos. Por Cristo nuestro Señor. Amén. (*Padrenuestro.*)

2. Oh Dios, de quien es propio compadecerse siempre y perdonar: escucha nuestra súplica para que a nosotros y a todos tus siervos que estamos amarrados con la cadena de las culpas nos desate, piadosa, tu clemente misericordia.

Oh Dios, que te ofendes con el pecado y te aplacas con la penitencia: muéstranos benigno tu inefable misericordia, para que al mismo tiempo nos despojes de todos nuestros pecados y nos libres de las penas que por ellos merecemos. Por Cristo nuestro Señor. Amén. (*Padrenuestro.*)

3. Oh Dios, te suplicamos que nos concedas interno sentimiento de la pena que padecen los condenados en el infierno, para que, si del amor que os debemos nos olvidamos por nuestras faltas, al menos el temor de las penas nos ayude a no caer en pecado.

Haz, Señor, que te temamos con amor, que con la ayuda de tu gracia, tu temor y juntamente tu amor vivan siempre en nosotros. Por Cristo nuestro Señor. Amén. (*Padrenuestro.*)

4. Oh Dios, todopoderoso y eterno: haz que pensemos bajo tu inspiración lo que es recto y bajo tu dirección lo realicemos; que veamos con claridad lo que debemos hacer y realicemos con fortaleza lo que hemos visto.

Aumenta en nosotros la fe, la esperanza y la caridad y para que merezcamos alcanzar lo que prometes haz que amemos lo que mandas. Por Cristo nuestro Señor. Amén. (*Padrenuestro.*)

## VI. Examen de la meditación

A continuación se hará el siguiente examen:

1. ¿He tenido distracciones? ¿Por qué?
2. ¿He sujetado mi fantasía? ¿Mi memoria, mis pensamientos?
3. ¿He tenido presente el fruto general que debía sacar de la meditación?
4. ¿He sido activo y diligente en ejercitar el entendimiento?
5. ¿Me he esforzado en despertar los afectos?
6. ¿Me he dirigido a Dios pidiéndole luz, fuerza, valor?
7. ¿He procurado hacer aplicaciones prácticas: a mi caso particular, a mi carácter, a mi pasión dominante, a mi conducta, a mi ambiente habitual?
8. ¿Qué luces y mociones extraordinarias me ha comunicado Dios?
9. ¿Qué propósitos he hecho?
10. ¿Cómo y cuándo he de poner en práctica mis propósitos?

*Si te ha ido bien la meditación*, agradécelo a Dios y pídele gracia para seguir mejorándola en adelante.

*Si te ha ido mal*, busca valientemente la causa del mal resultado, localízala todo lo más que puedas y aplica el remedio.

Quien sea fiel a este examen llegará a meditar bien, con gusto y facilidad.

## 7. SANTA MISA

### I. Antemisa oracional

REZO: ES LA PALABRA HUMANA

*El cristiano se purifica y ora.*

#### 1. Preces al pie del altar

SACERDOTE.—*In nomine Patris et Filii et Spiritus Sancti. Amen. Introibo ad altare Dei.*

TODOS.—*Ad Deum qui laetificat juventutem meam.*

SACERDOTE.—*Judica me, Deus, et discerne causam meam de gente non sancta: ab homine iniquo et doloso erue me.*

TODOS.—*Quia tu es, Deus, fortitudo mea;—quare me repulisti,—et quare tristis incedo—dum affligit me inimicus?*

SACERDOTE.—*Emitte lucem tuam et veritatem tuam; ipsa me deduxerunt et adduxerunt in montem sanctum tuum et in tabernacula tua.*

—En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Amén. Me acercaré al altar de Dios.

—Al Dios que es la alegría de mi juventud.

—Hazme justicia, Dios mío, y defiende mi causa contra la gente malvada; del hombre injusto y engañoso líbrame.

—Pues Tú, oh Señor, eres mi fortaleza,—¿por qué me rechazaste—y por qué ando triste y perseguido como un enemigo?

—Envía tu luz y tu verdad; ellas me guiarán y conducirán a tu monte santo y a tus tabernáculos.

TODOS.—*Et introibo ad altare Dei,—ad Deum qui laetificat juventutem meam.*

SACERDOTE.—*Confitebor tibi in cithara. Deus, Deus meus, quare tristis es, anima mea, et quare conturbas me?*

TODOS.—*Spera in Deo—quoniam adhuc confitebor illi;—salutare vultus mei et Deus meus.*

SACERDOTE.—*Gloria Patri et Filio et Spiritui Sancto.*

TODOS.—*Sicut erat in principio—et nunc et semper—et in saecula saeculorum. Amen.*

SACERDOTE.—*Introibo ad altare Dei.*

TODOS.—*Ad Deum qui laetificat juventutem meam.*

SACERDOTE.—*Adjutorium nostrum in nomine Domini.*

TODOS.—*Qui fecit coelum et terram.*

SACERDOTE.—*Confiteor... Dominum Deum nostrum.*

TODOS.—*Misereatur tui Omnipotens Deus;—et dimissis peccatis, tuis perducatur te ad vitam aeternam.*

SACERDOTE.—*Amen.*

TODOS.—*Confiteor Deo Omnipotenti,—Beatae Mariae semper Virgini;—Beato Michaeli Archangelo,—Beato Joanni Baptistae,—Sanctis Apostolis Petro et Paulo, omnibus Sanctis et tibi, Pater,—*

—Me acercaré al altar de Dios,—al Dios que es la alegría de mi juventud.

—Te alabaré al son de mi cítara, oh Dios mío; ¿por qué estás triste, alma mía? ¿Por qué me conturbas?

—Espera en Dios,—porque le seguiré alabando,—Salvador de mi vida y Dios mío.

—Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

—Como era en el principio,—ahora y siempre,—por los siglos de los siglos. Amén.

—Me acercaré al altar de Dios.

—Al Dios que es la alegría de mi juventud.

—Nuestro auxilio está en el nombre del Señor.

—Que hizo el cielo y la tierra.

(Pidámosle perdón de nuestros pecados.)

—Dios todopoderoso tenga misericordia de ti—y perdonados tus pecados,—te lleve a la vida eterna.

—Amén.

—Yo pecador—me confieso a Dios todopoderoso — a la Bienaventurada siempre Virgen María—al Bienaventurado San Miguel Arcángel,—al Bienaventurado San Juan Bautista,—a los Santos Apóst-

*quia peccavi nimis cogitatione, verbo et opere,—mea culpa, mea culpa, mea maxima culpa.—Ideo precor, Beatam Mariam Semper Virginem,—Beatum Michaellem Archangelum,—Beatum Joannem Baptistam,—Sanctos Apostolos Petrum et Paulum: omnes Sanctos et te, Pater,—orare pro me ad Dominum Deum nostrum.*

SACERDOTE. — *Misereatur vestri omnipotens Deus, et dimissis peccatis vestris, perducatur vos ad vitam aeternam.*

TODOS.—Amen.

SACERDOTE. — *Indulgentiam, absolutionem et remissionem peccatorum nostrorum tribuat nos omnipotens et misericors Dominus.*

TODOS.—Amen.

SACERDOTE.—*Deus, tu conversus vivificabis nos.*

TODOS.—*Et plebs tua laetabitur in te.*

SACERDOTE.—*Ostende nobis, Domine, misericordiam tuam.*

TODOS.—*Et salutare tuum da nobis.*

SACERDOTE.—*Domine, exaudi orationem meam.*

toles San Pedro y San Pablo, —a todos los Santos y a Vos, Padre,—que pequé gravemente con el pensamiento,—palabra y obra,—por mi culpa, por mi culpa,—por mi grandísima culpa.—Por tanto ruego — a la Bienaventurada siempre Virgen María, — al Bienaventurado San Miguel Arcángel,—al Bienaventurado San Juan Bautista,—a los Santos Apóstoles San Pedro y San Pablo,—a todos los Santos y a Vos, Padre,—que roguéis por mí a Dios nuestro Señor. Amén.

—Dios todopoderoso tenga misericordia de vosotros y, perdonados vuestros pecados, os lleve a la vida eterna.

—Amén.

—El Señor omnipotente y misericordioso nos conceda indulgencia, absolución y perdón de nuestros pecados.

—Amén.

—Vuélvete a nosotros, Dios, y nos darás tu vida.

—Y tu pueblo se alegrará de Ti.

—Muéstranos, Señor, tu misericordia.

—Y danos la salvación.

—Señor, escucha mi oración.

TODOS.—*Et clamor meus ad te veniat.* —Y llegue a Ti mi clamor.

SACERDOTE.—*Dominus vobiscum.* —El Señor sea con vosotros.

TODOS.—*Et cum spiritu tuo.* —Y con tu espíritu.

## 2. El sacerdote sube al altar

LECTOR.—Por los méritos de los Santos, cuyas reliquias están en el altar, y de todos los santos.

TODOS.—*Dignate, Señor, — perdonarnos todos nuestros pecados.*

## 3. Introito

LECTOR.—(Lee en el misal el INTROITO a la vez que el sacerdote.

## 4. Kyries

SACERDOTE.—*Kyrie, eleison.* —Señor, ten piedad de nosotros.

TODOS.—*Kyrie, eleison.* —Señor, ten piedad de nosotros.

SACERDOTE.—*Kyrie, eleison.* —Señor, ten piedad de nosotros.

TODOS.—*Christe, eleison.* —Cristo, ten piedad de nosotros.

SACERDOTE.—*Christe, eleison.* —Cristo, ten piedad de nosotros.

TODOS.—*Christe, eleison.* —Cristo, ten piedad de nosotros.

SACERDOTE.—*Kyrie, eleison.* —Señor, ten piedad de nosotros.

TODOS.—*Kyrie, eleison.* —Señor, ten piedad de nosotros.

SACERDOTE.—*Kyrie, eleison.* —Señor, ten piedad de nosotros.

## 5. Gloria

SACERDOTE.—*Gloria in excelsis Deo.*

TODOS.—*Et in terra pax hominibus bonae voluntatis. —Laudamus te. —Benedicimus te.—Adoramos te. Glorificamus te.—Gratias agimus tibi—propter magnam gloriam tuam.—Domine Deus, Rex coelestis,—Deus Pater omnipotens. — Domine Fili unigénite, Iesu Christe.—Domine Deus, Agnus Dei, filius Patris. — Qui tollis peccata mundi, miserere nobis.— Qui tollis peccata mundi,—suscipe deprecationem nostram.— Qui sedes ad dexteram Patris, miserere nobis. Quoniam Tu solus Sanctus,—Tu solus Dominus.— Tu solus altissimus. — Iesu Christe. — Cum Sancto Spiritu in gloria Dei Patris.—Amen.*

—Gloria a Dios en las alturas.

—Y en la tierra paz a los hombres de buena voluntad. —Te alabamos,— te bendecimos,—te adoramos,—te glorificamos.— Gracias te damos por tu inmensa gloria.— Señor, Dios, Rey de los Cielos, —Dios Padre todopoderoso.— Señor, Hijo Unigénito,—Jesucristo.— Señor Dios, cordero de Dios,—Hijo del Padre.— Tú que quitas los pecados del mundo, — apiádate de nosotros;—Tú que quitas los pecados del mundo, acoge nuestras súplicas;—Tú que estás sentado a la diestra del Padre, — apiádate de nosotros. Porque Tú sólo eres Santo. Tú sólo, Señor, Tú sólo, altísimo, Jesucristo;—con el Espíritu Santo en la Gloria de Dios Padre. Amén.

## 6. Oraciones

LECTOR.—(Lee en el misal las propias del día.)

### II. Antemisa doctrinal

ESCUCHO LA PALABRA DIVINA

*El cristiano se instruye.*

## 7. Epístola

LECTOR.—(Lee la Epístola del día.)

## 8. Evangelio

SACERDOTE.—*Dominus vobiscum.*

TODOS.—*Et cum spiritu tuo.*

SACERDOTE.—*Sequentia sancti Evangelii secundum...*

TODOS.—*Gloria tibi, Domine.*

—El Señor sea con vosotros.

—Y con tu espíritu.

—Continuación del Santo Evangelio según...

—Gloria a Ti, Señor.

LECTOR.—(Lee en el misal el Evangelio del día.)

TODOS.—*Laus tibi, Christe.*

—(Al final.) Llor a Ti, oh Cristo.

## 9. Credo

SACERDOTE.—*Credo in unum Deum.*

TODOS. — *Patrem omnipotentem, — factorem coeli et terrae, — visibilium omnium et invisibilium.—Et in unum Dominum Iesum Christum,—Filiū Dei Unigenitum.—Et ex Patre natum ante omnia saecula. — Deum de Deo. — Lumen de lumine.—Deum verum de Deo vero.—Genitum, non factum, consubstantialē Patri.—Per quem omnia facta sunt.—Qui propter nos homines et propter nostram salutem,— descendit de coelis.— (Genuflexión.) Et incarnatus est de Spiritu Sancto ex Maria Virgine.—Et homo factus est.—Crucifixus etiam pro nobis.—Sub Poncio Pilato, passus et sepultus est.—Et*

—Creo en un solo Dios todopoderoso.

—Criador del cielo y de la tierra,—de todas las cosas visibles e invisibles.—Y en un solo Señor Jesucristo,—Hijo Unigénito de Dios,—y nacido del Padre antes de todos los siglos;—Dios de Dios,—luz de Luz,—Dios verdadero, de Dios verdadero; — engendrado, no hecho;—consubstancial al Padre,—por quien fueron hechas todas las cosas.—El cual por nosotros y por nuestra salvación — bajó de los cielos, — y por obra del Espíritu Santo encarnó en María Virgen—y se hizo hombre. — Crucificado también por nosotros—bajo el poder de Poncio Pilato,—padeció y fué sepultado.—Y resucitó al tercer día—confor-

*resurrexit tertia die secundum Scripturas.—Et ascendit in coelum.—Sedet ad dexteram Patris.—Et iterum venturus est cum gloria—iudicare vivos et mortuos.—Cuius regni non erit finis.—Et in Spiritum Sanctum, Dominum et vivificantem, qui ex Patre Filioque procedit.—Qui cum Patre et Filio simul adoratur, — et conglorificatur qui locutus est per prophetas.— Et unam, Sanctam, Catholicam, — et Apostolicam Ecclesiam.—Confiteor unum baptismum in remissionem peccatorum.—Et expecto resurrectionem mortuorum. Et vitam venturi saeculi. Amen.*

me a las Escrituras.—Y subió al cielo; está sentado a la diestra de Dios Padre;— y ha de venir otra vez con gloria— a juzgar a los vivos y a los muertos;— y su reino no tendrá fin.—Creo en el Espíritu Santo,— Señor y vivificador,— el cual procede del Padre y del Hijo; quien con el Padre y con el Hijo,— juntamente es adorado y glorificado;— el cual habló por boca de los profetas.—Creo en una Iglesia Santa. — Católica y Apostólica.— Confieso un solo bautismo— para perdón de los pecados.— Y espero la resurrección de los muertos— y la vida del siglo venidero. Amén.

### III. Ofertorio, preparación del Sacrificio

#### DOY PAN MATERIAL

*El cristiano se ofrece con Jesús.*

#### 10. Ofertorio

**LECTOR.**—Ofrezcamos con el sacerdote a Dios Padre el pan que va a ser consagrado.

**TODOS.**—Recibe, oh Padre santo,— la Hostia inmaculada— que también yo te ofrezco,— por mis pecados y negligencias;— por todos los que están aquí presentes— y por todos los cristianos vivos y difuntos.— Amén.

LECTOR.—Como Cristo en la última Cena, el sacerdote pone agua en el vino del cáliz. Pidamos a Dios que realice en nosotros el misterio que esta mezcla simboliza.

TODOS.—Haz, oh Dios mío,—que así como esas gotas de agua—se mezclan con el vino,—que ha de convertirse en sangre de Jesucristo,—así también pueda yo—por medio de la comunión—participar de la divinidad de Aquél—que se dignó revestirse de nuestra humanidad, — de Jesucristo, tu Hijo, — que contigo vive y reina—por los siglos de los siglos.— Amén.

LECTOR.—Ofrezcamos a Dios con el sacerdote el cáliz del vino que ha de ser consagrado.

TODOS.—Te ofrezco, oh Señor,—ese cáliz de salvación—pidiendo a tu clemencia,—que, cual suavísimo perfume, suba hasta Ti,—para nuestra salvación—y la del mundo entero. Amén.

LECTOR.—Pidamos al Espíritu Santo que bendiga estas ofrendas.

TODOS.—En espíritu de humildad—y con un corazón contrito—te presentamos, Señor, estas ofrendas.—Ven, Santificador todopoderoso,—Dios eterno—y bendice este sacrificio—preparado para gloria de tu santo nombre.

## 11. Lavatorio de manos

LECTOR.—Digamos a Dios que nos arrepentimos de nuestras culpas.

TODOS.—Lávame, Señor, y purifícame,—para que me acerque más dignamente a tu altar.—Me alejaré

de las malas compañías,—y con tu ayuda andaré siempre—por el recto sendero de la virtud.

LECTOR.—Como era en el principio,—ahora y siempre—y por los siglos de los siglos. Amén.

### 12. Súplica a la Santísima Trinidad

LECTOR.—Recibe, oh Trinidad Santísima, esta ofrenda que te ofrecemos a la memoria de la Pasión, Resurrección y Ascensión de Nuestro Señor Jesucristo.

TODOS.—Que este sacrificio sea para honra—de la Santísima Virgen María y de todos los Santos—y que, merced a su intercesión en el cielo,—nos sirva en la tierra para nuestra salvación.

### 13. Orate fratres

SACERDOTE.—*Orate, fratres, ut meum ac vestrum sacrificium, acceptabile fiat apud Deum Patrem Omnipotentem.*

TODOS.—*Suscipiat Dominus sacrificium de manibus tuis—ad laudem et gloriam nominis sui;—ad utilitatem quoque nostram—totiusque Ecclesiae suae sanctae.*

—Amen.

—Orad, hermanos, para que este sacrificio mío y vuestro sea aceptable a Dios Padre todopoderoso.

—Reciba el Señor de tus manos — este sacrificio para alabanza y gloria de su nombre—y para provecho nuestro y de su Iglesia santa.

—Amén.

### 14. Oración secreta

LECTOR.—(Lee en el misal las oraciones secretas del día.)

## IV. Consagración: El Sacrificio

### SACRIFICO EL CORDERO DE DIOS

*El cristiano se inmola con Jesús.*

#### 15. Prefacio

SACERDOTE. — <i>Per omnia saecula saeculorum.</i>	—Por todos los siglos de los siglos.
TODOS.— <i>Amen.</i>	—Amén.
SACERDOTE. — <i>Dominus vobiscum.</i>	—El Señor sea con vosotros.
TODOS.— <i>Et cum spiritu tuo.</i>	—Y con tu espíritu.
SACERDOTE.— <i>Sursum corda.</i>	—Elevad los corazones.
TODOS.— <i>Habemus ad Dominum.</i>	—Los tenemos en el Señor.
SACERDOTE. — <i>Gratias agamus Domino Deo nostro.</i>	—Demos gracias a Dios Señor nuestro.
TODOS.— <i>Dignum et justum est.</i>	—Digno y justo es.

LECTOR.—En verdad es digno y justo, debido y saludable que en todo tiempo y lugar te demos gracias, Señor Santo, Padre Todopoderoso, Dios eterno, por Cristo Nuestro Señor. Por Él alaban los Ángeles tu Majestad, las Dominaciones la adoran, tiemblan ante ella las Potestades, los cielos y los ejércitos celestiales y los bienaventurados serafines mutuamente la celebran con júbilo. Y nosotros te rogamos que admitas nuestras voces unidas con las suyas diciéndote con humilde alabanza:

#### 16. Sanctus

TODOS. — <i>Sanctus, Sanctus, Sanctus,—Dominus Deus Sa-</i>	—Santo, Santo, Santo, — Señor Dios de los ejércitos,
---	--

*baath.—Pleni sunt cœli et terra gloria tua.—Hosanna in excelsis.—Benedictus qui venit in nomine Domini.—Hosanna in excelsis.*

—lentos están los cielos y la tierra de tu gloria.—Hosanna en las alturas.—Bendito el que viene en el nombre del Señor.—Hosanna en las alturas.

## 17. Canon de la Misa

### MEMENTO DE LOS VIVOS

LECTOR.—Oremos con la Iglesia militante.

TODOS.—Suplicámoste, oh Padre clementísimo,—por Jesucristo tu Hijo,—que aceptes la oblación de este Santo Sacrificio,—que te ofrecemos por tu Santa Iglesia Católica,—para que por todo el mundo—goce de paz y unidad;—como también por nuestro Padre Santo—el Papa de Roma,—por nuestro Obispo,—por el Jefe del Estado—y por todos aquellos que profesan la fe católica.

LECTOR.—Acuérdate también, Señor, de aquellos por quienes se ofrece este sacrificio.

TODOS.—Y de todos los que rodeamos tu altar—cuya fe y devoción—te son bien conocidas.

LECTOR.—Unámonos con la Iglesia triunfante.

TODOS.—Concédenos, Señor,—por los ruegos y los méritos—de la gloriosa Virgen María,—de los Santos Apóstoles y Mártires—y de todos los Santos—que seamos fortalecidos—con el auxilio de tu protección. Por el mismo Jesucristo nuestro Señor. Amén.

LECTOR.—Roguemos a Dios que acepte los dones sobre los cuales el sacerdote extiende las manos y que obre por su divina virtud el gran misterio de la Consagración.

Todos. — Suplicámoste, Señor, — aceptes estas ofrendas,—como justa expiación,—a fin de que por ellas—seamos preservados de la condenación eterna—y admitidos en el número de los escogidos.—Que por tu divina virtud—ese pan y ese vino—se conviertan en el cuerpo y en la sangre—de tu amadísimo Hijo—y Señor nuestro, Jesucristo. Amén.

### 18. Consagración

(Miremos con fe la Hostia y el Cáliz que el sacerdote eleva, después de haberlos consagrado, y adoremos a Jesucristo en silencio.)

Señor mío y Dios mío.

### 19. Oblación de la Víctima

LECTOR.—Ofrezcamos a Dios la Santa Víctima inmolada en el altar recordando que es el mismo Jesús, que padeció los tormentos de la bienaventurada Pasión, resucitó del sepulcro y en gloriosa ascensión subió a los cielos.

Todos.—Ofrecemos, Señor, a tu excelsa Majestad—esta Hostia pura,—Hostia santa,—Hostia inmaculada,—el Pan consagrado que da la vida eterna—y el cáliz de la eterna salvación.

LECTOR.—Para que Dios acepte nuestros sacrificios, evoquemos el recuerdo de aquellos que en la Antigua Ley le fueron más de su agrado.

Todos.—Dígnate, Señor, mirar con benevolencia—y aceptar el sacrificio—de esta Víctima inocente que te ofrecemos,—como recibiste en otro tiempo—los dones de tu siervo Abel,—el sacrificio del pa-

triarca Abraham—y el del Sumo Sacerdote Melquisedec.

LECTOR.—Pidamos que el ángel, que invisiblemente preside el sacrificio, presente a Dios nuestra ofrenda, para que por su mediación le sea agradable.

TODOS.—Manda, Señor, te lo suplicamos,—a tu ángel que lleve estas ofrendas—ante el trono de tu divina Majestad,—a fin de que,—participando por la Comunión de esta Víctima—seamos colmados de tus gracias y bendiciones.—Por Jesucristo nuestro Señor. Amén.

#### 20. “Memento” de los difuntos

LECTOR.—Oremos por la Iglesia purgante.

TODOS.—Acuérdate, Señor, de los difuntos—por los cuales te es ofrecido este Santo Sacrificio.—A ellos y a todos los que descansan en Cristo,—concédeles el lugar del refrigerio—de la luz y de la paz.—Por el mismo Jesucristo nuestro Señor. Amén.

#### 21. “Nobis quoque peccatóribus”

LECTOR.—Pidamos a Dios, que por los méritos de la sangre de Jesucristo, podamos formar parte algún día de la Iglesia triunfante.

TODOS.—A nosotros también pecadores que esperamos en tu infinita misericordia,—dignate, Señor, por tu bondad,—y por la virtud de este Santo Sacrificio,—hacernos participantes de la eterna herencia—con tus Santos Apóstoles y Mártires—y con todos tus santos.—Por Jesucristo nuestro Señor. Amén.

## 22. Elevación menor

LECTOR.—El sacerdote eleva al cielo la Hostia y el Cáliz. Ofrezcamos con él a Dios la Víctima del Altar.

TODOS.—Por Jesús,—con Jesús—y en Jesús—te tributamos, oh Padre todopoderoso,—todo honor y toda gloria en unión con el Espíritu Santo.

## V. Comunión: Participación del Sacrificio

### RECIBO EL PAN DIVINO

*El cristiano se une con Jesús.*

## 23. Pater noster

SACERDOTE. — *Per omnia saecula saeculorum.*

TODOS.—*Amen.*

SACERDOTE.—*Oremus. Praeceptis salutaribus moniti, et divina institutione formati audemus dicere: Pater noster qui es in coelis,—sanctificetur nomen tuum, adveniat regnum tuum, fiat voluntas tua, sicut in coelo et in terra. Panem nostrum quotidianum da nobis hodie, et dimitte nobis debita nostra, sicut et nos dimittimus debitoribus nostris, et ne nos inducas in tentationem.*

TODOS. — *Sed libera nos a malo.*

SACERDOTE.—*Amen.*

—Por todos los siglos de los siglos.

—Amén.

—Oremos. Amonestados con preceptos saludables e instruídos con la enseñanza divina, osamos decir: Padre nuestro que estás en los cielos, santificado sea el tu nombre, venga a nos el tu reino, hágase tu voluntad, así en la tierra como en el cielo. El pan nuestro de cada día dánosle hoy, y perdónanos nuestras deudas, así como nosotros perdonamos a nuestros deudores y no nos dejes caer en la tentación.

—Mas líbranos de mal.

SACERDOTE.—Amén.

LECTOR.—Líbranos, Señor, de todos los males, pasados, presentes y futuros.

TODOS.—Concédenos por la intercesión — de la Bienaventurada Virgen María—y de todos los Santos —la paz en esta vida—para que estemos siempre libres de todo pecado y toda adversidad.

SACERDOTE.—*Per omnia saecula saeculorum.*

—Por todos los siglos de los siglos.

TODOS.—*Amen.*

—Amén.

SACERDOTE.—*Pax Domini sit semper vobiscum.*

—La paz del Señor sea siempre con vosotros.

TODOS.—*Et cum spiritu tuo.*

—Y con tu espíritu.

#### 24. “Agnus Dei”

SACERDOTE.—*Agnus Dei.*

—Cordero de Dios.

TODOS.—*Qui tollis peccata mundi, miserere nobis, Agnus Dei qui tollis peccata mundi, miserere nobis. Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, dona nobis pacem.*

—Que quitas los pecados del mundo, ten misericordia de nosotros. Cordero de Dios, que quitas los pecados del mundo, ten misericordia de nosotros. Cordero de Dios que quitas los pecados del mundo, danos la paz.

#### 25. Oraciones antes de la Comunión

LECTOR.—Señor Jesucristo, que dijiste a tus Apóstoles: “Os doy mi paz.”

TODOS.—No mires a nuestros pecados,—sino a la fe de tu Iglesia,—y dignate darnos en tu sagrada Comunión—el beso de reconciliación y de paz.

LECTOR.—Señor Jesucristo, que con tu muerte diste vida al mundo.

TODOS.—Ven a librarnos — por tu Sacratísimo Cuerpo y Sangre—de toda afición al pecado y de todos los males—y haz que no quebrantemos ya tus mandamientos—ni nos separemos de Ti.

LECTOR.—Señor Jesucristo, haz que la Comunión de tu Sagrado Cuerpo que, aunque indignos, nos disponemos a recibir...

TODOS.—No sea para nuestra condenación,—antes al contrario,—sea defensa y remedio—de nuestros cuerpos y de nuestras almas. Amén.

## 26. Preparación para la Comunión

LECTOR.—Avivemos nuestro amor a Jesucristo antes de recibirle.

TODOS.—Oh Señor Jesucristo,—cabeza de nuestro Cuerpo místico,—que es la Iglesia.—Nosotros, indignos miembros de ella,—deseamos unirnos a Ti,—como lo están los sarmientos con la vid,—para llevar frutos de santidad en esta Comunión y asociarnos en la tierra—a las alabanzas que los santos te tributan en el cielo. Amén.

LECTOR.—Antes de recibir al Señor, hagamos pública confesión general de nuestros pecados.

TODOS.—Confiteor Deo Omnipotenti,—Beatae Mariae, semper Virgini;—Beato Michaeli Archangelo,—Beato Joanni Baptistae,—Sanctis Apostolis Petro et Paulo,—omnibus Sanctis et tibi, Pater,—quia peccavi nimis cogitatione, verbo et opere,—mea culpa,—mea culpa — mea maxima culpa. — Ideo precor, Beatam Mariam semper Virginem,—Beatum Michaellem Archangelum,—Beatum Joannem Baptistam,—Sanctos

Apostolos Petrum et Paulum,—omnes Sanctos et te,  
Pater,—orare pro me ad Dominum Deum nostrum.  
(Silencio; luego, a la vez que el sacerdote.)

## 27. Comunión

Oh Señor, yo no soy digno,—de que entres en mi morada;—mas di una sola palabra—y mi alma quedará sana. (Tres veces.)

Los que no comulgan, hacen la comunión espiritual.

### Comunión espiritual

Jesús mío, creo que estáis realmente presente en el Santísimo Sacramento. Os amo sobre todas las cosas y deseo que vengáis a mi alma. No pudiendo recibiros ahora sacramentalmente, venid al menos espiritualmente a mi corazón.

(Aquí como si realmente hubieseis recibido a Jesús Sacramentado en vuestro corazón, deteneos algunos instantes para hacer actos de amor y confianza y pedirle las gracias que necesitéis.)

Como si ya hubieseis venido, os abrazo y me uno todo a Vos; no permitáis que jamás me separe de Vos.

Eterno Padre, os ofrezco la Sangre preciosísima de Jesucristo en expiación de mis pecados y por las necesidades de la Santa Iglesia.

## VI. Acción de gracias

### AGRADEZCO EL DON RECIBIDO

*El cristiano agradece a Dios.*

#### 28. Últimas oraciones

SACERDOTE. — <i>Dominus vobiscum.</i>	—El Señor sea con vosotros.
TODOS.— <i>Et cum spiritu tuo.</i>	—Y con tu espíritu.
SACERDOTE.— <i>Oremus...</i>	—Oremos.
TODOS.— <i>Amen.</i>	—Amén.

#### 29. Conclusión

SACERDOTE. — <i>Dominus vobiscum.</i>	—El Señor sea con vosotros.
TODOS.— <i>Et cum spiritu tuo.</i>	—Y con tu espíritu.
SACERDOTE.— <i>Ite, Missa est.</i>	—Idos, la Misa ha terminado.
TODOS.— <i>Deo gratias.</i>	—Demos gracias a Dios.
SACERDOTE.—(Da la bendición.)	
TODOS.— <i>Amen.</i>	—Amén.
SACERDOTE. — <i>Dominus vobiscum.</i>	—El Señor sea con vosotros.
TODOS.— <i>Et cum spiritu tuo.</i>	—Y con tu espíritu.
SACERDOTE. — ... <i>secundum Ioannem.</i>	—... Evangelio según San Juan.
TODOS.— <i>Gloria Tibi, Domine.</i>	—Gloria a Ti, Señor.
SACERDOTE.—(Lee el Evangelio.)	

LECTOR.—En el principio existía el Verbo y el Verbo estaba en Dios y el Verbo era Dios. Todas las cosas fueron hechas por Él y sin Él no se hizo

nada de cuanto fué hecho. En Él estaba la vida y la vida era la luz de los hombres. Hubo un hombre enviado de Dios cuyo nombre era Juan. Éste vino para ser testigo, para dar testimonio de la luz, para que todos creyesen en Él.

TODOS.—El Verbo era la luz verdadera—que ilumina a todo hombre, que viene a este mundo.—Estaba en el mundo—y el mundo fué hecho por Él y el mundo no le conoció.

LECTOR.—Vino a lo que era suyo y los suyos no le recibieron. Mas a cuantos le recibieron, dióles potestad de ser hechos hijos de Dios, a aquellos que creen en su nombre; y el Verbo se hizo carne (genuflexión) y habitó entre nosotros; y vimos su gloria, gloria como de Unigénito del Padre, lleno de gracia y de verdad.

TODOS.—Gracias a Dios.

### 30. Preces finales

SACERDOTE.—Dios te salve, María...

TODOS.—Santa María, Madre de Dios,—ruega por nosotros pecadores,—ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén. (Tres veces.)

SACERDOTE.—Dios te salve...

TODOS.—Reina y Madre de misericordia,—vida, dulzura y esperanza nuestra,—Dios te salve,—a Ti llamamos los desterrados hijos de Eva,—a Ti suspiramos gimiendo y llorando en este valle de lágrimas.—Ea, pues, Señora, abogada nuestra,—vuelve a nosotros esos tus ojos misericordiosos—y después de este destierro—muéstranos a Jesús,—fruto bendito de tu

vientre.—Oh clementísima,—oh piadosa—oh dulce Virgen María.

SACERDOTE.—Ruega por nosotros, Santa Madre de Dios.

TODOS.—Para que seamos dignos—de alcanzar las promesas de Jesucristo.

SACERDOTE.—Oh Dios, refugio y fortaleza nuestra. Mira propicio al pueblo que clama a Ti, y, por la intercesión de la gloriosa e Inmaculada Virgen María, Madre de Dios, de su esposo San José, de los Bienaventurados Apóstoles Pedro y Pablo y de todos los Santos, oye misericordioso y benigno las súplicas que te dirigimos por la conversión de los pecadores y por la libertad y exaltación de la Santa Madre Iglesia. Por el mismo Cristo Nuestro Señor.

TODOS.—Amén.

SACERDOTE.—Oh Arcángel San Miguel. Defiéndenos en la lucha. Sé nuestro amparo contra la maldad y asechanzas del diablo. Hágale sentir Dios su poder, como humildemente pedimos; y tú, príncipe de la milicia celestial, arroja con la virtud divina a los infiernos a Satanás y demás espíritus malignos, que para perdición de las almas recorren el mundo.

TODOS.—Amén.

SACERDOTE.—Corazón Sacratísimo de Jesús.

TODOS. — Ten misericordia de nosotros. (Tres veces.)

## 8. DESPUÉS DE LA MISA

### Plegaria antigua

Pónense varias oraciones para recitar a elección.

LECTOR.—Repitamos la acción de gracias de los cristianos del siglo I.

TODOS.—(*De pie.*) Gracias te damos, Padre nuestro.—Por esta santa vida que nos diste por Jesús, tu Hijo.

—Gloria a Ti en los siglos.

Gracias te damos, Padre nuestro.—Por la vida y ciencia—que nos diste por Jesús, tu Hijo.

—Gloria a Ti en los siglos.

Como este pan que hemos partido—disperso en las espigas de los montes—se unificó en la Hostia que comimos,—así se unifique tu Iglesia—desde los confines de la tierra—en la unidad de tu reino.

—Porque tuya es la gloria y la virtud—por Jesucristo en los siglos.

Gracias te damos, Padre santo— por el santo nombre que grabaste en nuestros corazones—y por la ciencia, la fe y la inmortalidad—que nos diste por Jesús, tu Hijo.

—Gloria a Ti en los siglos.

—Tú, Señor omnipotente,—que creaste todas las cosas para tu gloria,—y nos diste el manjar y la bebida que nos regocijan para que te demos gracias—ahora nos has dado un manjar y bebida espiritual,—la vida eterna, por medio de tu Hijo.

Ante todo—gracias a Ti, porque eres poderoso.

—Gloria a Ti en los siglos.

Acuérdate, Señor, de tu Iglesia—y líbrala de todo mal y perfecciónala en tu caridad—y unifícala desde los cuatro vientos—para santificarla en el Reino que le preparaste.—Porque tuya es la fortaleza y la gloria por los siglos. Amén.

### Canto de los tres jóvenes

LECTOR.—Repitamos el himno de los tres jóvenes que cantaban los santos en el horno ardiente, bendiciendo al Señor:

LECTOR O CORO 1.—Benedicid al Señor, cantad su gloria—todas las obras de su mano excelsa.—Alabad su virtud, cantad su nombre—en la presente edad y en las eternas.

TODOS O CORO 2.—Alabad al Señor, Ángeles santos—que a su trono asistís con reverencia.—Benedicid al Señor, cielos hermanos—con todo lo que abraza vuestra esfera.

LECTOR.—Benedicid al Señor, todas las aguas,—que tenéis sobre el cielo residencia;—virtudes del Señor, bendecid todas—a su soberana e invencible fuerza.

**TODOS.**—Benedicid al Señor el sol y luna—con brillantes destellos e influencias.—Benedicidle también vosotras, luces—brillantes y magníficas estrellas.

**LECTOR.**—Benedicid al Señor, blancos rocíos;—benedicidle también las lluvias frescas.—Benedicid al Señor, todos los vientos—que sois ministros de su omnipotencia.

**TODOS.**—Benedicid al Señor, fuego y calores—que en verano desecáis la tierra.—Benedicid al Señor, todos los fríos—que el agua cuajan y la nieve hielan.

**LECTOR.**—Benedicid al Señor, nieblas y escarchas—que de los montes coronáis las crestas.—Benedicid al Señor, días y noches—ya turbadas estéis o ya serenas.

**TODOS.**—Benedicid al Señor, en todos tiempos—a todas horas, luces y tinieblas.—Benedicid al Señor, nubes opacas,—que al relámpago dais su luz funesta.

**LECTOR.**—Bendíganle la tierra y los espacios—del Señor alabando las grandezas.—Y exaltando su nombre soberano—a todo lo que el hombre alcanzar pueda.

**TODOS.**—Benedicid al Señor, montes soberbios—con los amenos cerros y florestas.—Y todo lo que crece y se produce—como las flores, plantas y las hierbas.

**LECTOR.**—Benedicid al Señor, fuentes sonoras—que nacéis entre flores y entre arenas.—Benedicid al Señor, mares y ríos,—cuyas aguas las naves atraviesan.

**TODOS.**—Benedicid al Señor, cuanto en las aguas—vive desde la ostra a la ballena.—Benedicid al Señor,

todas las aves—que voláis por los aires tan ligeras.

LECTOR.—Benedicid al Señor, todos los frutos,— todos los animales y las fieras.—Benedicid al Señor todos los hombres—y alabad siempre su bondad eterna.

TODOS.—Que a su Dios Israel tierno bendiga,— cante su gloria, alabe su grandeza.—Más allá de los siglos de los siglos,—y cuantos siglos no haya ni haber pueda.

LECTOR.—Benedicid al Señor, sus sacerdotes—benedicidle sus siervos y sus siervas.—Benedicidle también, almas virtuosas,—y los que, humildes, con amor le ruegan.

TODOS.—Benedicidle, Ananías y Azarías,—y Misael que a todos los liberta.—Alabad todos y cantad su gloria—desde ahora a la vida sempiterna.

LECTOR.—Bendigamos al Padre con el Hijo—y al amor de ambos Trinidad suprema.—Celebremos la gloria del Dios solo—Trino en persona y Único en esencia.

TODOS.—Bendito eres, Señor, en lo más alto—de la sublime y celestial esfera.—Que sobre todo seas siempre amado—y que ensalzado por los siglos seas.

## **Alma de Cristo**

(Véase el principio del libro)

## **Oración a Cristo Crucificado**

Miradme,—oh mi amado y buen Jesús,—postrado ante vuestra santísima presencia.—Os ruego con el

mayor fervor imprimáis en mi corazón—vivos sentimientos de fe,—esperanza y caridad,—dolor de mis pecados—y propósito de nunca jamás ofenderos,—mientras que yo—con el mayor afecto y compasión—de que soy capaz,—voy considerando vuestras cinco llagas,—comenzando por aquello que dijo de Vos,—oh Dios mío,—el santo profeta David:—“Han taladrado mis manos y mis pies—y se pueden contar todos mis huesos.”

### **Ofrecimiento de sí mismo**

Tomad, Señor, y recibid toda mi libertad,—mi memoria,—mi entendimiento,— y toda mi voluntad, todo, todo mi haber y poseer,—Vos me lo disteis,—a Vos, Señor, lo torno.—Todo es vuestro,—disponed a toda vuestra voluntad.—Dadme vuestro amor y gracia—que ésta me basta.

### **Oración a Cristo Rey**

Oh Cristo Jesús,—os reconozco por Rey Universal.—Todo lo que ha sido hecho—ha sido creado por Vos.—Ejerced sobre mí todos vuestros derechos.—Renuevo mis promesas del Bautismo—renunciando a Satanás,—a sus pompas y sus obras,—y prometo vivir como buen cristiano,—muy en particular me comprometo—a hacer triunfar según mis medios—los derechos de Dios y de la Iglesia.—Divino Corazón de Jesús:—os ofrezco mis pobres oraciones—para obtener que todos los corazones—reconozcan vuestra sagrada realeza—y que así el reinado de vuestra paz—se establezca en el universo entero. Así sea.

## Después de la Comunión

DIOS mío,—Creador y Redentor de mi alma,—os adoro con el más profundo respeto,—con la más profunda reverencia.—Oh, gué grande ha sido vuestra bondad,—Una majestad tan pura,—tan santa e infinita,—venir en persona—a visitar a una criatura tan miserable,—a un puñado de tierra,—a un pecador ingrato.

MI AMABLE Y BUEN JESÚS,—yo os doy gracias por tan gran favor,—os alabo y os bendigo dentro de mí mismo.—Alegraos, potencias de mi alma y sentidos de mi cuerpo, en presencia de vuestro Dios.

UN SOLO CORAZÓN ES POCA COSA,—oh buen Jesús,—para amaros,—bendeciros y agradeceros tantos beneficios,—especialmente el de haber dado a mi alma en alimento—vuestro cuerpo y sangre—vuestra alma y vuestra divinidad.

AH, SI PUDIERA TENER—el corazón de los Serafinos y Santos del Cielo,—para que sin cesar ardiera de amor por mi Dios—que se ha dignado elegir mi pobre alma—para su morada,—para su delicia.—Ah, Jesús mío,—cuán suave y preciosa es esta visita,—esta unión,—esta permanencia en mí.

YO NO SOY DIGNO de un favor tan grande—y ni siquiera sé qué ofrecer os en justa correspondencia;—apoyado no obstante en vuestros merecimientos,—os hago ofrenda de ellos, que son infinitos.—Os doy gracias de todo corazón,—y os prometo que en lo por venir—Vos seréis siempre mi consuelo—y el descanso de mi alma,—Vos sólo mi aliento y mi esperanza,

—Vos sólo mi mi riqueza y mi bien,—la felicidad y el tesoro de mi corazón.

BIEN QUISIERA poder tributaros yo solo—todas las glorias y alabanzas—que os dan los Santos en el Cielo,—mas ya que no puedo llegar a tanto,— os ofrezco mis manos,—mis pies,—mis ojos,—la lengua,—la boca,—la inteligencia,—el corazón, todo mi ser.—Guardadme Vos—a fin de que no haya pensamiento, ni palabra, ni acción—que no tengan por objeto—vuestra mayor gloria y el provecho espiritual de mi alma.

VIRGEN SANTÍSIMA,—tierna Madre de mi Jesús,—Ángel de mi guarda,—San José,—San Francisco de Sales,—San Juan Bosco,—San Luis Gonzaga,—obtenedme esta gracia para mí,—para mis parientes y bienhechores, para mis compañeros,—amigos y enemigos,—y especialmente para cuantos se hallan presentes en esta Iglesia;—que todos logremos perseverar—siendo dignos devotos vuestros,—huyendo del pecado y de las ocasiones de pecar.

ENTRE TANTO,—oh Virgen Inmaculada,—en prueba de que ya os pertenezco,—os consagro para siempre,—mis ojos, mis oídos, mi lengua, mi corazón y todo mi ser.—Quiero ser todo vuestro—y como tal espero me defendáis.

JESÚS, JOSÉ Y MARÍA, os doy el corazón y el alma mía,—Jesús, José y María, asistidme en mi última agonía,—Jesús, José y María, expire en vuestros brazos en paz el alma mía.

## 9. ORACIONES PARA ANTES Y DESPUÉS DE LAS COMIDAS

### Antes de las comidas

En el nombre del Padre...

Benedicidnos, Señor,—y bendecid el alimento que vamos a tomar,—para mantenernos en vuestro santo servicio.

*Ave María... María, Auxilium Christianórum... En el nombre del Padre...*

### Después de las comidas

En el nombre del Padre...

Os damos gracias, Señor,—por el alimento que nos habéis dado,—haced que de él nos sirvamos siempre,—para nuestro bien.

*Ave María... María, Auxilium Christianórum... En el nombre del Padre...*

## 10. VISITAS AL SANTÍSIMO SACRAMENTO

San Juan Bosco decía así: "Jesús está en el Santísimo Sacramento con las manos llenas de gracias buscando a quien darlas."

Debes, pues, visitarle en los tiempos libres, porque es en las visitas donde Dios suele comunicarse durante los Ejercicios de modo maravilloso.

Estas visitas deben hacerse *hablando* con el Señor de las impresiones del día, *recordando* y repasando las ideas que más se han grabado en las meditaciones y *pidiendo* más y más la ayuda divina para alcanzar el fruto. Como ejemplo de estas visitas ponemos las siguientes fórmulas del Padre Llanos, S. J.

### Visita a Jesús, médico del alma

Más propia del día dos y de los momentos de aburrimiento y tentación.

Jesús, Hijo de David, ten misericordia de mí.

Tú que curaste a tantos enfermos movidos de tu inmenso poder y tu inmensa misericordia.

Mírame a mí, a quien trajiste a Ejercicios, incapaz, imposibilitado y enfermo.

Si quieres, puedes, Señor, sanarme.

Puedes limpiarme de esta lepra de mis vicios y mi carne.

Puedes arrojar de mí estos demonios que tienen apresada mi alma.

Puedes con tu palabra calmar la fiebre ardiente de mis pasiones.

Clamo, Señor, clamo, con la fe de aquella Cananea, con la angustia de aquel régulo, con la humildad del centurión, diciendo:

“No soy digno, Jesús, no soy digno, mas di una sola palabra y mi alma será salva.”

Tú puedes levantarme de esta parálisis para las obras buenas que atenaza mi espíritu.

Tú puedes disipar de los ojos de mi alma sus tinieblas para que brille en mí tu fe.

Tú puedes abrir mis labios mudos para que aprenda a orar y a conversar contigo.

Creo, Señor, creo que Tú eres el Hijo de Dios vivo; creo, pero ayuda a mi incredulidad.

Mírame, Jesús, entre las olas de este mundo y con mis tormentas de alma.

Di al mar de mi corazón que se aquiete, di al viento de mis pensamientos que calle.

Mírame hambriento en el desierto de la vida sin fuerzas para caminar.

Mírame triste en el banquete de la tierra sin nada que alegre mi juventud.

Multiplica, Señor, tu pan de vida para mi debilidad y cansancio.

Y convierte mi insípida tristeza en un radiante gozo, como hiciste de aquella agua de gozo del vino de Caná.

Creo, Señor, que eres la resurrección y la vida, creo.

Llámame desde tu Sagrario con aquella voz poderosa con que llamaste a Lázaro para que al fin resucite de las miserias de la muerte.

Señor, quiero sanar, quiero vivir. Escucha mi oración. Llegue a Ti mi clamor. Ten misericordia de mí.

### **Visita a Jesucristo misericordioso**

Más propia del día tres y de los momentos de contrición.

Señor, no soy digno de ser tu discípulo, no soy digno de encontrarme en tu casa, no soy digno de acercarme a tu sagrario.

Porque he pecado contra el Cielo y contra Ti, y he faltado contra tus preceptos.

Porque he vivido en los placeres como un pagano sin Dios.

Porque he sido un fariseo más, lleno de orgullo, hipocresía y mentira.

Porque fuí cruel con los hombres sin perdonar sus deudas y pasé junto al pobre que sufría sin sacrificarme.

Porque volví el rostro cuando buscabas mi mirada y nunca volví a darte gracias cuando limpiaste mi alma.

Porque me aburrí de tu amistad y me avergoncé de Ti ante los hombres, porque otra vez te vendí por las pocas monedas de un pecado.

No soy digno, Señor, no soy digno de tu perdón

y amistad; pero si me aparto de Ti, ¿a dónde iré? Tú sólo tienes palabras de vida eterna.

Tú que perdonas setenta veces siete, Tú que no viniste a condenarnos, sino a salvar el mundo.

Tú, Buen Pastor, que buscas sin cesar a la oveja escapada.

Tú, Padre bueno, que abrazas sin cesar al hijo perdido.

Señor, con las lágrimas aquellas de la pecadora arrepentida, con la mirada silenciosa del paralítico pecador, con la misma vergüenza, Jesús, del injusto y egoísta Zaqueo, con la amargura inmensa de San Pedro arrepentido... te pido aquel crecido e intenso dolor y lágrimas que pedía San Ignacio en Ejercicios.

Y espero, espero, Señor, oír aquellas palabras benditas: "Anda, tus pecados te son perdonados, no quieras pecar más."

Dímelas, Jesús, porque al ofenderte no supe lo que hice, porque me engañó Satanás, porque quiero hacer penitencia para no caer en el fuego que nunca se apaga y ganar tu Reino.

Quisiera llorar como Tú lloraste por mis pecados, quisiera sentir lo que Tú sentiste cuando clamabas perdón para mí.

Quiero repetir las mismas palabras contritas de San Pedro cuando Tú le perdonaste: "A pesar de todo, Jesús, Tú sabes que te amo. Tú lo sabes todo... aun mi debilidad. Tú sabes que te amo."

Señor Jesús, sabes que aún te amo y ahora dí-melo de nuevo que quiero saborear tus palabras:

“Anda, hijo, tus pecados te son perdonados; vete en paz.”

### Visita a Jesús Maestro

Más propia del día cuatro y de las situaciones de paz del alma.

—Maestro bueno, ¿qué haré para conquistar la vida eterna?

—Habla, Señor, que tu siervo escucha.

—Explícame tu Evangelio y ábreme el sentido de todas tus enseñanzas.

Enséñame a orar como enseñaste a tus apóstoles.

Porque quiero, Jesús, ante tu sagrario, aprender toda la verdad de la que Tú viniste a dar testimonio, porque Tú eres la Verdad misma y el Camino y la Vida.

Tú que clamaste en las campiñas de Galilea aquel mensaje de vida a las muchedumbres.

Tú que vertiste en el silencio de la intimidad palabras divinas por los oídos de tus apóstoles.

Tú que proclamaste el misterio del reino de los cielos como el más valioso de todos los tesoros.

Tú que nos revelaste al Padre... aquí en la soledad de este retiro, único Maestro de los hombres, habla...

Enséñame tus mandamientos nuevos y tus consuelos de vida. Enséñame a negarme a mí mismo, a combatir contra la carne, el mundo y el demonio, a tomar mi cruz y seguirte.

Y dame este conocimiento interno de Ti, Maestro y Señor, muéstrame cómo eras Tú uno con tu Padre y que tu Padre está en Ti y Tú en Él, para que nosotros también seamos uno en unidad de fe y caridad.

Como te escuchaban tus discípulos sobre el monte, como se abstraían en Betania tus amigos, como se olvidaban de comer las muchedumbres por oírte, como enmudecían vencidos los fariseos ante tu sabiduría, como guardaba tu Madre, nuestra Señora, todas tus cosas en su corazón...

Así quiero, Señor, así quiero escucharte y grabar tu verdad en mis entrañas.

Dame, dame a conocer tu voluntad sobre mi vida, haz que no sea sordo a tu llamamiento, sino presto y diligente; clava tu mirada en mí como la pusiste en aquellos jóvenes que llamaste; dime como a Saulo qué quieres que haga con mi juventud, y envíame al Divino Espíritu que venga a enseñarme interiormente todo lo que Tú me enseñaste.

Para que trocada mi dureza en la luz del mundo, pueda, Señor, brillar ante los hombres y atraerte a muchos que glorifiquen eternamente a tu Padre que contigo y el Espíritu Santo vive y reina por los siglos de los siglos. Amén.

### **Visita a Jesucristo Víctima**

Propia para el tiempo de meditar la Pasión.

Señor, Jesús, puedo, puedo beber el cáliz que Tú me ofreces, el cáliz amargo de tu Pasión.

Porque Tú lo bebiste por mí, porque por mí te entregaste.

Quiero sentir humildemente dolor contigo doloroso, quebranto contigo quebrantado, lágrimas y pena interna de tanta pena que pasaste Tú por mí.

Quiero seguirte en tu paso apresurado hacia Jerusalén, donde ibas a morir por mí. Quiero seguirte de cerca.

Y estar junto a Ti ante el altar que recuerda la mesa santa del Cenáculo donde te hiciste pan por mí, para la remisión de mis pecados.

Déjame, Señor, como si fuese entonces, vele en tu soledad del Sagrario que recuerda tu soledad de Getsemaní, déjame consolarte porque nadie te consoló, déjame orar contigo y apenarme contigo y sentir una gota de tu amargura.

Y después defenderte, Jesús, y ponerme a tu lado cuando te ofenden y participar de tus ataduras gloriosas, de tus ultrajes y de tu paciencia.

Quiero confesarte ante los hombres, en la calle y en los tribunales, porque nadie te confesó y todos te negaron.

Quiero aprender de Ti en silencio, tu serenidad y esa caridad inmensa que abrasa tu Corazón.

Quiero vestir tus vestiduras de ignominia, porque Tú las vestiste, quiero que se rían y se burlen de mí los hombres, porque de Ti se burlaron cuando lo sufrías por mí.

Quiero poner mis espaldas junto a esa columna, ya que tantas veces sobre las tuyas puse mi látigo.

Señor, y cuando todos escojan a Barrabás yo te escogeré a Ti, y cuando todos te condenen pidiendo tu muerte, yo te proclamaré pidiéndote la vida, y te serviré de Cireneo por tu calle de la Amargura y sostendré filialmente a tu Madre en el encuentro doloroso.

Señor mío Jesucristo, Tú que inmolado místicamente me atiendes desde el Sagrario, oye también mi voz como oíste desde la Cruz la voz del ladrón arrepentido: "Acuérdate de mí, acuérdate de mí." Desde mi merecida y pequeña cruz te miro crucificado; bebo tus palabras de perdón; oro contigo y ofrezco también mi vida en redención por todos los hombres.

### Visita a Jesucristo Glorioso

Propia del final de los Ejercicios.

Señor, ¿será ahora cuando restituyas tu reino? Ahora que has venido a resucitar en mi corazón y rehacer el "reino" aquel que instauraste en mi vida por el bautismo, aquel contra el que me rebelé tantas veces.

Pero al fin viniste y esos días benditos fueron mi Cenáculo y te has sentado a la mesa partiendo el pan conmigo, tu mismo cuerpo bendito, para mi castidad, para mi fortaleza, para mi unión contigo.

Gracias, Señor, gracias porque me acompañaste estos días y te apareciste a mí, gracias porque te encontré, gracias porque me llamaste amigo y me diste tu gozo, el que nadie podrá quitarme.

Gracias porque resucitado me traes una vida maravillosa, una sabiduría nueva que es la de la fe, una ilusión nueva que es la de la esperanza, una energía nueva que es la caridad.

Gracias porque ya soy otro y porque te quedas conmigo porque lo sea.

Gracias porque Tú, resucitado, me traes el mensaje de mi resurrección y de mi gloria.

Quiero alegrarme y gozar intensamente de tu gozo y tu triunfo porque es tuyo y porque es mío. Tú triunfas de mis enemigos para que yo triunfe, Tú gozas de tu Reino y de tu Padre para dármelos a mí.

Lo creo, lo espero y recogiendo tu testamento de amor que me obliga a ir a los hombres mis hermanos, a enseñarles el camino, a predicarles la salvación, a dar testimonio de Ti y de tu doctrina, te prometo amor como San Pedro, amor fiel y perseverante; amor activo que me haga trabajar en mi barca para que Tú la llenes de pesca; amor contemplativo que me haga reposar en tu pecho para encender mi debilidad; amor fuerte hasta la muerte que me haga desear el martirio como remate de mi vida a tu servicio.

Bendíceme, Jesús, con la bendición aquella con que te despediste de ellos en la tarde de tu Ascensión. Se acaba este retiro, te despides de mí... Y me dejas tu gozo y tu Madre y tu Iglesia... Bendíceme, Señor.

Así sea.

## 11. VISITA AL SANTÍSIMO

Antes de comer.

LECTOR.—Señor mío Jesucristo, que por el amor que tenéis a los hombres os quedáis noche y día en este Sacramento todo lleno de piedad y de amor esperando, llamando y recibiendo a cuantos vienen a visitaros.

TODOS.—Yo creo que estáis presente en el Sacramento del Altar,—os adoro desde el abismo de mi nada—y os ofrezco mi reconocimiento por todas las gracias que me habéis hecho,—especialmente la de haberos dado a mí en este Sacramento,—haberme dado por abogada a María, vuestra Madre Santísima,— y haberme llamado a visitaros en esta iglesia.

LECTOR.—Saludo hoy a vuestro amantísimo Corazón, y lo hago con estos tres fines:

TODOS.—Primero,—en acción de gracias por este gran don;—segundo,—para compensaros de todas las injurias—que en este Sacramento habéis recibido de vuestros enemigos;—tercero,—con esta visita me propongo adoraros—en todos aquellos lugares de la tierra—donde sois menos reverenciado y más abandonado.

LECTOR.—Oh Jesús mío, os amo con todo mi corazón.

TODOS.—Me arrepiento de tantas veces—como en

mi vida pasada he agraviado vuestra bondad infinita.—Propongo en adelante no ofenderos más con el auxilio de vuestra gracia—y, aunque miserable, me consagro ahora mismo todo a Vos,—y os hago ofrenda de toda mi voluntad,—de mis afectos y deseos—y de todo cuanto tengo y poseo.—Haced en adelante de mí y de todas mis cosas—todo lo que os plazca.—Sólo quiero y pido vuestro santo amor,—la perseverancia final—y el cumplimiento perfecto de vuestra voluntad.

LECTOR.—Os recomiendo las almas del Purgatorio, especialmente las que fueron más devotas del Santísimo Sacramento y de María Santísima.

TODOS.—Os recomiendo también a todos los pobres pecadores.—Uno, en fin,—oh amable Salvador mío,—todos mis afectos a los afectos de vuestro corazón amorosísimo,—y así unidos—los ofrezco a vuestro eterno Padre,—rogándole en vuestro nombre y por vuestro amor,—los acepte y atienda.

### Comunión espiritual

Jesús mío, creo que estáis realmente presente en el Santísimo Sacramento. Os amo sobre todas las cosas y deseo que vengáis a mi alma. No pudiendo recibirlos ahora sacramentalmente, venid a lo menos espiritualmente a mi corazón. (*Breve pausa.*) Como si ya hubieseis venido os abrazo y me uno todo a Vos; no permitáis que jamás me separe de Vos.

Eterno Padre, os ofrezco la Sangre preciosísima de Jesucristo en expiación de mis pecados y por las necesidades de la Santa Iglesia.

## Corona al Sagrado Corazón de Jesús (Pág. 85)

### Oración a María, Reina de la Paz

Dios te salve, augustísima Reina de la paz, Santísima Madre de Dios; por el Corazón Sacratísimo de tu Hijo Jesús, Príncipe de la paz, haz que su ira se aplaque y reine esa paz sobre nosotros.

### Oración de San Bernardo

Acordaos, ¡oh piadosísima Virgen María!, que jamás se ha oído decir que ninguno de cuantos han implorado vuestros favores haya sido abandonado de Vos. Animado yo por esta confianza, a Vos me presento, ¡oh Madre del Verbo!, no despreciéis mis súplicas, antes bien, oídlas favorablemente y atendedlas, ¡oh clementísima, oh dulce Virgen María!

### Invocaciones

¡Oh Jesús, de amor, horno encendido!

Yo quisiera no haberte ofendido.

¡Oh mi buen Jesús, manso y clemente!

No quiero ofenderte nuevamente.

Corazón Sagrado de María,  
sé la salvación del alma mía.

Dulce Corazón del Redentor,

Haz que siempre aumente en mí tu amor.

Ser tuyo es mi ambición y mi consuelo,

Madre de mi Jesús,—Reina del Cielo.

*Examen de conciencia.* (Página 155.) Ángelus.  
(Página 20.) Ágimus...



**Hijo mío, ayúdame a salvar tu alma.**

(SAN JUAN BOSCO.)

## 12. CORONA AL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS

V. Deus, in adjutórium meum intende.

R. Dómine, ad adiuvándum me festina.

Gloria Patri...

1. ¡Oh Corazón amabilísimo de Jesús!, yo adoro humildemente esa dulcísima amabilidad que usáis de tan especial manera en el divino Sacramento con las almas que tanto os ofenden. Me appena veros tan ingratamente correspondido, y quiero desagraviaros de tantas ofensas como recibís en la santísima Eucaristía de los herejes, infieles y malos cristianos.

*Padrenuestro, Avemaría y Gloria.*

2. ¡Oh Corazón humildísimo de mi Jesús Sacramentado!, yo adoro humildemente esa profundísima humildad que por amor mío os tiene oculto en la divina Eucaristía, bajo las especies de pan y de vino. Infundid, os lo ruego, Jesús mío, esta bella virtud en mi corazón; yo procuraré entretanto desagraviaros de tantas ofensas como recibís en la santísima Eucaristía de los herejes, infieles y malos cristianos.

*Padrenuestro, Avemaría y Gloria.*

3. ¡Oh Corazón de mi Jesús!, que con tanto ardor deseáis el sufrimiento, yo adoro esos encendidos deseos con que fuisteis al encuentro de vuestra Pasión dolorosísima y os sometisteis a tantos desacatos por Vos previstos en el Santísimo Sacramento. ¡Ah, Jesús mío!, yo quisiera con toda mi alma daros mi propia vida en desagravio; quisiera impedir esas ofensas que con harta frecuencia recibís en la divina Eucaristía de los herejes, infieles y malos cristianos.

*Padrenuestro, Avemaría y Gloria.*

4. ¡Oh Corazón pacientísimo de Jesús!, yo venero humildemente vuestra invencible paciencia en soportar por amor mío tantos dolores sobre la Cruz y tantos ultrajes en la divina Eucaristía. ¡Oh amable Jesús mío!, ya que no puedo lavar con mi sangre aquellos lugares donde fuisteis tan maltratado en uno y otro misterio, os prometo, ¡oh sumo Bien mío!, hacer todo lo posible para desagraviar a vuestro Corazón divino de tantos ultrajes como recibe en la sagrada Eucaristía de los herejes, infieles y malos cristianos.

*Padrenuestro, Avemaría y Gloria.*

5. ¡Oh Corazón de mi Jesús, tan amante de nuestras almas en la admirable institución de la Santísima Eucaristía! Yo adoro humildemente el amor inmenso que nos demostráis al darnos por alimento vuestro divino Cuerpo y vuestra Sangre adorable. ¿Qué corazón habrá que no se rinda en presencia de una caridad tan inmensa? ¡Oh buen Jesús mío!, dad-

me abundantes lágrimas para desagraviaros de tantas ofensas como recibís en el Santísimo Sacramento de los herejes, infieles y malos cristianos.

*Padrenuestro, Avemaría y Gloria.*

6. ¡Oh Corazón de mi Jesús, sediento de nuestra salvación!, yo venero humildemente el amor que os llevó a consumir el sacrificio inefable de la Cruz, renovándolo todos los días sobre los altares en la Santa Misa. ¿Es posible que tanto amor no encienda el corazón humano en la más viva gratitud? Sí, lo es, por desgracia; pero yo os prometo, Jesús mío, hacer en adelante cuanto pueda para desagraviaros de los ultrajes que recibís en este misterio de amor de los herejes, infieles y malos cristianos.

*Padrenuestro, Avemaría y Gloria.*

### 13. MISERERE

LECTOR.—Ten piedad de mí, ¡oh Dios!, según la grandeza de tu misericordia: y, según la muchedumbre de tus piedades, borra mi iniquidad.

TODOS.—Lávame más de mi iniquidad—y límpiame de mi pecado.

LECTOR.—Porque yo reconozco mi maldad, y delante de mí tengo siempre mi pecado.

TODOS.—Contra Ti sólo he pecado—y he cometido la maldad delante de tus ojos,—a fin de que aparezcas justo en tu sentencia—y sin tacha en tu juicio.

LECTOR.—Mira, pues, que fuí concebido en iniquidad y que mi madre me concibió en pecado.

TODOS.—Y mira que Tú amas la sinceridad;—Tú me instruyes en los misterios de tu sabiduría.

LECTOR.—Rocíame, Señor, con el hisopo, y seré purificado; lávame, y quedaré más blanco que la nieve.

TODOS.—Infundirás en mi oído palabras de gozo y de alegría,—con lo que se recrearán mis huesos quebrantados.

LECTOR.—Aparta tu rostro de mis pecados y borra todas mis iniquidades.

TODOS.—Crea en mí, ¡oh Dios!, un corazón puro —y renueva en mis entrañas el espíritu de rectitud.

LECTOR.—No me arrojes de tu presencia y no retires de mí tu santo espíritu.

TODOS.—Restituye la alegría de tu salvación— sosténme con magnánimo espíritu.

LECTOR.—Yo enseñaré tus caminos a los malos, para que se conviertan a Ti los impíos.

TODOS.—Líbrame del castigo, ¡oh Dios, Salvador mío!,—y ensalzará mi lengua tu justicia.

LECTOR.—¡Oh Señor!, Tú abrirás mis labios, y publicará mi boca tus alabanzas.

TODOS.—Que si Tú quisieras sacrificios, ciertamente te los ofreciera;—mas Tú no te complaces con solos holocaustos.

LECTOR.—Mi sacrificio, Señor, es un espíritu contrito; no despreciarás, ¡oh Dios mío!, el corazón do- lido y humillado.

TODOS.—Señor, por tu buena voluntad seas benigno para con Sión,—a fin de que estén firmes los muros de Jerusalén.

LECTOR.—Entonces aceptarás el sacrificio de justicia, las ofrendas y los holocaustos: entonces serán colocados sobre tu altar becerros para el sacrificio.

TODOS.—Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

LECTOR.—Como era en el principio, ahora y siempre—y por los siglos de los siglos. Amén.

## 14. LETANIAS DE LOS SANTOS

Señor, ten piedad.	Señor, ten piedad.
Cristo, ten piedad.	Cristo, ten piedad.
Señor, ten piedad.	Señor, ten piedad.
Cristo, óyenos.	Cristo, óyenos.
Cristo, escúchanos.	Cristo, escúchanos.
Dios Padre celestial.	Ten misericordia de nosotros.
Dios, Hijo Redentor del mundo.	Ten misericordia de nosotros.
Dios, Espíritu Santo.	Ten misericordia de nosotros.
Trinidad Santa, un solo Dios.	Ten misericordia de nosotros.
Santa María.	Ruega por nosotros.
Santa Madre de Dios.	Ruega.
Santa Virgen de las Vírgenes.	Ruega.
San Miguel.	Ruega.
San Gabriel.	Ruega.
San Rafael.	Ruega.
Todos los Santos, Ángeles y Arcángeles.	Rogad.
Todos los santos coros de espíritus bienaventurados.	Rogad.
San Juan Bautista.	Ruega.
San José.	Ruega.
Todos los Santos Patriarcas y Profetas.	Rogad.
San Pedro.	Ruega.
San Pablo.	Ruega.
San Andrés.	Ruega.
Santiago.	Ruega.
San Juan.	Ruega.
Santo Tomás.	Ruega.
Santiago.	Ruega.

San Felipe.	Ruega.
San Bartolomé.	Ruega.
San Mateo.	Ruega.
San Simón.	Ruega.
San Tadeo.	Ruega.
San Matías.	Ruega.
San Bernabé.	Ruega.
San Lucas.	Ruega.
San Marcos.	Ruega.
Todos los Santos Apóstoles y Evangelistas.	Rogad.
Todos los Santos Discípulos del Señor.	Rogad.
Todos los Santos Inocentes.	Rogad.
San Esteban.	Ruega.
San Lorenzo.	Ruega.
San Vicente.	Ruega.
Santos Fabián y Sebastián.	Rogad.
Santos Juan y Pablo.	Rogad.
Santos Cosme y Damián.	Rogad.
Santos Gervasio y Protasio.	Rogad.
Todos los Santos Mártires.	Rogad.
San Silvestre.	Ruega.
San Gregorio.	Ruega.
San Ambrosio.	Ruega.
San Agustín.	Ruega.
San Jerónimo.	Ruega.
San Martín.	Ruega.
San Nicolás.	Ruega.
Todos los Santos Pontífices y Confesores.	Rogad.
Todos los Santos Doctores.	Rogad.
San Antonio.	Ruega.
San Benito.	Ruega.
San Bernardo.	Ruega.
Santo Domingo.	Ruega.
San Francisco.	Ruega.
Todos los Santos Sacerdotes y Levitas.	Rogad.
Todos los Santos Monjes y Ermitaños.	Rogad.
Santa María Magdalena.	Ruega.
Santa Águeda.	Ruega.

Santa Lucía.	Ruega.
Santa Inés.	Ruega.
Santa Cecilia.	Ruega.
Santa Catalina.	Ruega.
Santa Anastasia.	Ruega.
Todas las Santas Vírgenes y Viudas.	Rogad.
Todos los Santos y Santas de Dios.	Interceded por nosotros.
Séenos propicio.	Perdónanos, Señor.
Séenos propicio.	Escúchanos, Señor.
De todo mal.	Libranos, Señor.
De todo pecado.	Libranos.
De tu ira.	Libranos.
De muerte repentina e imprevista.	Libranos.
De las asechanzas del demonio.	Libranos.
De ira, odio y toda mala voluntad.	Libranos.
Del espíritu de impureza.	Libranos.
De rayos y tempestades.	Libranos.
De castigo de terremotos.	Libranos.
De pestes, hambres y guerras.	Libranos.
De la muerte eterna.	Libranos.
Por el misterio de tu santa Encarnación.	Libranos.
Por tu nacimiento.	Libranos.
Por tu bautismo y sagrado ayuno.	Libranos.
Por tu cruz y pasión.	Libranos.
Por tu muerte y sepultura.	Libranos.
Por tu santa Resurrección.	Libranos.
Por tu admirable Ascensión.	Libranos.
Por la venida del Espíritu Santo Consolador.	Libranos.
En el día del Juicio.	Libranos.
Los pecadores.	Te rogamos, óyenos.
Que nos perdones.	Te rogamos.
Que te nos muestres benigno.	Te rogamos.
Que te dignes movernos a verdadera penitencia.	Te rogamos.
Que te dignes regir y conservar tu Santa Iglesia.	Te rogamos.
Que te dignes conservar en la Santa Religión al Prelado Apostólico y a todos los órdenes de la eclesiástica Jerarquía.	Te rogamos.

Que te dignes humillar a los enemigos de la Santa Iglesia.	Te rogamos.
Que te dignes conceder la paz y verdadera concordia a los reyes y príncipes cristianos,	Te rogamos.
Que te dignes conceder paz y unidad a todo el pueblo cristiano.	Te rogamos.
Que te dignes revocar a la unidad de la Iglesia a todos los que yerran y conducir al la luz del Evangelio a todos los infieles.	Te rogamos.
Que te dignes fortalecernos y conservarnos en tu santo servicio.	Te rogamos.
Que levantes nuestras almas a deseos celestiales.	Te rogamos.
Que recompenses con sempiternos bienes a todos nuestros bienhechores.	Te rogamos.
Que libres de la eterna condenación a nuestras almas y a las de nuestros hermanos, parientes y bienhechores.	Te rogamos.
Que te dignes dar y conservar los frutos de la tierra.	Te rogamos.
Que te dignes conceder el descanso eterno a todos los fieles difuntos.	Te rogamos.
Que te dignes escucharnos.	Te rogamos.
Hijo de Dios.	Te rogamos.
Cordero de Dios que quitas los pecados del mundo.	Perdónanos, Señor.
Cordero de Dios que quitas los pecados del mundo.	Escúchanos, Señor.
Cordero de Dios que quitas los pecados del mundo.	Ten misericordia de nosotros.
Cristo, óyenos.	Cristo, óyenos.
Cristo, escúchanos.	Cristo, escúchanos.
Señor, ten piedad.	Señor, ten piedad.
Cristo, ten piedad.	Cristo, ten piedad.
Señor, ten piedad.	Señor, ten piedad.

LECTOR.—Padre nuestro... (*En silencio.*) y no nos dejes caer en la tentación.

TODOS.—Mas líbranos de mal. Amén.

### SALMO 69

LECTOR.—Oh Dios, acude en mi auxilio: Señor, apresúrate a socorrerme.

TODOS.—Queden confundidos y temerosos los que buscan mi vida.

LECTOR.—Retrocedan y queden avergonzados los que buscan mi mal.

TODOS.—Retrocedan luego sonrojados los que me insultan diciendo: ¡Vaya, vaya!

LECTOR.—Regocíjense y alégrese en Ti todos los que te buscan; y los que aman la salud, que de Ti viene, digan sin cesar: Alabado sea el Señor.

TODOS.—Mas yo soy necesitado y pobre: Oh Dios, ven a ayudarme.

LECTOR.—Tú eres mi amparo y mi libertador; Señor no te tardes.

TODOS.—Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo. Como era en el principio, ahora y siempre por los siglos de los siglos.

LECTOR.—Salva a tus siervos.

TODOS.—Que esperan en Ti, Dios mío.

LECTOR.—Sé para nosotros, Señor, torre de fortaleza.

TODOS.—Enfrente del enemigo.

LECTOR.—Nada pueda contra nosotros el enemigo.

TODOS.—Ni consiga hacernos daño el hijo de iniquidad.

LECTOR.—Señor, no nos trates como merecen nuestros pecados.

TODOS.—Ni nos pagues según nuestras iniquidades.

LECTOR.—Roguemos por nuestro Pontífice (Pío).

TODOS.—El Señor le conserve y dé larga y feliz vida en la tierra y no lo entregue en poder de sus enemigos.

LECTOR.—Roguemos por nuestros bienhechores.

TODOS.—A todos los que nos hacen bien por tu nombre, dignate, Señor, darles en recompensa la vida eterna. Amén.

LECTOR.—Roguemos por los fieles difuntos.

TODOS.—Oh Señor, dales el descanso eterno y brille para ellos la luz perpetua.

LECTOR.—Descansen en paz.

TODOS.—Amén.

LECTOR.—Por nuestros hermanos ausentes.

TODOS.—Salva, oh Dios mío, a tus siervos que esperan en Ti.

LECTOR.—Envíales, Señor, tu auxilio desde tu santuario.

TODOS.—Y protégelos desde Sión.

LECTOR.—Escucha, Señor, mi oración.

TODOS.—Y llegue a Ti mi clamor.

## OREMOS

LECTOR.—Oh Dios, de quien es propio tener misericordia y perdonar: escucha nuestras súplicas, para que a nosotros y a todos tus siervos que estamos amarrados con la cadena de las culpas nos desate, piadosa, tu clemente misericordia.

Rogámoste, Señor, escuches nuestras súplicas y perdones los pecados de los que te alabamos, para que tu benignidad nos conceda juntamente el perdón y la paz.

Muéstranos benigno, oh Señor, tu inefable misericordia, para que, al mismo tiempo, nos despojes de todos nuestros pecados y nos libres de las penas que por ellos merezcamos.

Oh, Dios, que te ofendes con el pecado y te aplacas con la penitencia; atiende propicio a los ruegos de tu pueblo suplicante, y aparta los castigos de tu indignación, que por nuestros pecados tenemos merecidos...

Por Jesucristo Nuestro Señor.

Todos.—Amén.

## 15. VÍSPERAS DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

Ave María, etc....

V. *Deus, in adiutórium meum inténde.*

R. *Dómine, ad adiuvándum me festina.*

V. *Glória Patri, et Filio et Spiritui Sancto.*

R. *Sicut erat in principio et nunc et semper, et in saecula saeculórum. Amen.*

Allelúia.

Antifona. *Dum esset Rex.*

Dios te salve, María, etc....

V. Ven, oh Dios, en mi auxilio.

R. Apresúrate, Señor, a socorrerme.

V. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

R. Como era en el principio, y ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén. Aleluya.

Antifona. Mientras el Rey.

## SALMO 109

*Describe la dignidad real y sacerdotal del Mesías.*

*Dixit Dóminus Dómino meo: \* sede a dextris meis: Donec ponam inimicos tuos \* scabéllum pedum tuórum.*

*Virgam virtútis tuae emittet Dóminus ex Sión: \* domináre in médio inimicórum tuórum.*

*Tecum princípium in die virtútis tuae in splendóribus*

Dijo el Señor a mi Señor: \* Siéntate a mi derecha.

Hasta que ponga a tus enemigos \* por escabel de tus pies.

El cetro de tu poder extenderá el Señor desde Sión \* dominarás en medio de tus enemigos.

A ti el principado en el día de tu poder entre esplendo-

*sanctorum: \* ex útero ante luciferum genui te.*

*Iurávit Dóminus et non poenitébit eum: \* Tu es sacerdos in aeternum secundum ordinem Melchisedech.*

*Dóminus a dextris tuis: \* confrégit in die irae suae reges.*

*Iudicábit in nationibus, implebit ruinas: \* conquassábit capita in terra multorum.*

*De torrente in via bibet: \* propterea exaltábit caput.*

*Glória Patri...*

*Ant. Dum esset Rex in accubitu suo, nardus mea dedit odórem suavitátis.*

*Ant. Laeva eius.*

res de santidad: \* de mi seno te engendré antes de la aurora.

Juró el Señor y no se arrepintió: \* Tú serás sacerdote para siempre, a la manera de Melchisedec.

El Señor está a tu derecha, \* el día de su cólera abatirá a los reyes.

Ejercerá su juicio en las naciones, acumulará ruinas: \* Aplastará las cabezas sobre la tierra entera.

Beberá del torrente en el camino: \* por eso levantará la cabeza.

Gloria al Padre...

Ant. Mientras el Rey descansaba, mi nardo derramó un olor suave.

Ant. Su mano izquierda.

## SALMO 112

*Canta David la excelencia divina que exalta a los humildes.*

*Laudáte, púeri, Dóminus: \* laudáte nomen Dómini.*

*Sit nomen Dómini (se inclina la cabeza) benedictum: \* ex hoc nunc et usque in saeculum.*

*A solis ortu usque ad occásu, \* laudábile nomen Dómini.*

*Excelsus super omnes Gentes Dóminus, \* et super caelos glória eius.*

Alabad, siervos, al Señor: \* alabad el nombre del Señor.

Sea (se inclina la cabeza) bendito el nombre del Señor: \* desde ahora y para siempre.

Desde oriente hasta poniente, \* se ha de alabar el nombre del Señor.

Excelso es el Señor sobre todos los pueblos, \* y su gloria sobrepaja los cielos.

*Quis sicut Dóminus Deus  
noster qui in altis hábitat, \*  
et humília respicit in coelo et  
in terra.*

*Súscitans a terra inopem, \*  
et de stércore érigens páu-  
perem.*

*Ut collocet eum cum prin-  
cipibus, \* cum principibus pó-  
puli sui.*

*Qui habitare facit stérilem  
in domo, \* matrem filiórum  
laetántem.*

*Gloria Patri...*

*Ant. Laeva eius sub cápite  
meo, et dextera illius ample-  
xábitur me.*

*Ant. Nigra sum.*

¿Quién como el Señor nues-  
tro Dios que mora en las  
alturas: \* y mira a los hu-  
mildes en el cielo y en la tie-  
rra?

Levanta del polvo al me-  
nesteroso \* y alza de la  
abyección a la plebe.

Para colocarle entre los  
príncipes \* entre los prínci-  
pes de su pueblo.

Él fija en su casa a la mu-  
jer estéril, \* y la hace madre  
gozosa de muchos hijos.

Gloria al Padre...

Ant. Su mano izquierda  
pondrá debajo de mi cabeza,  
y con su diestra me abrazará.

Morena soy.

## SALMO 121

*Alegría del piadoso israelita al enunciarle la peregrinación  
a Jerusalén.*

*Laetátus sum in his, quae  
dicta sunt mihi: \* in domum  
Dómini íbimus.*

*Stantes erant pedes nostri,  
\* in átriis tuis, Jerúsalem.*

*Jerúsalem, quae aedificátur  
ut civitas: \* cuius participá-  
tio eius in idípsum.*

*Illuc enim ascendérunt tri-  
bus, tribus Dómini: \* testimó-  
nium Israel ad confiténdum  
nómini Dómini.*

*Quia illic sedérunt sedes in*

Me llené de gozo cuando  
me dijeron: \* iremos a la  
casa del Señor.

Allí estaremos de pie \* a  
tus puertas, oh Jerusalén.

Jerusalén, edificada como  
una ciudad: \* con sus partes  
tan unidas entre sí.

Allí suben las tribus, todas  
las tribus del Señor, \* según  
la ley dada a Israel para ala-  
bar el nombre del Señor.

Porque allí están las sedes

*iudicio, \* sedes super domum David.*

*Rogáte quae ad pacem sunt Ierúsalem: \* et abundantia diligéntibus te.*

*Fiat pax in virtúte tua: \* et abundantia in túrribus tuis.*

*Propter fratres meos et próximos meos, \* loquébar pacem de te:*

*Propter domum Dómini Dei nostri, \* quaesivi bona tibi.*

*Gloria Patri...*

*Ant. Nigra sum, sed formósa, filiae Ierúsalem: ideo diléxit me Rex, et introduxit me in cubiculum suum.*

*Ant. Iam hiems tránsiit.*

de la justicia, \* y el trono de la casa de David.

Pedid la paz para Jerusaleén, \* sean felices los que la aman.

Reine la paz dentro de tus muros, \* la abundancia dentro de tus casas.

Por mis hermanos y por mis amigos, \* yo pediré la paz por ti.

Por el templo del Señor Dios nuestro \* procuraré para ti toda clase de bienes.

Gloria al Padre...

Ant. Morena soy, pero hermosa, hijas de Jerusalén; por eso el Rey me amó y me introdujo en su aposento.

Ant. Ya pasó el invierno.

## SALMO 126

*Nada podemos sin el auxilio del Señor.*

*Nisi Dóminus aedificáverit domum, \* in vanum laboraverunt qui aedificant eam.*

*Nisi Dóminus custodierit civitatem, \* frustra vigilat qui custódit eam.*

*Vánum est vobis ante lúcem súrgere: \* súrgite postquam sedéritis qui manducátis panem doloris.*

*Cum déderit diléctis suis s ó m n u m : \* ecce heréditas*

Si el Señor no edifica la casa, \* en vano se fatigan los que la edifican.

Si el Señor no guarda la ciudad, \* en vano vela el que la guarda.

De nada os servirá levantáros antes del amanecer: \* y que retardéis vuestro reposo, los que coméis el pan de dolor.

Él dará entonces descanso a sus amados. \* He aquí la



**Ante todo se ha de hacer la voluntad de Dios. No seguir mi vocación sería oponerme a Dios; arruinar a mi familia, pues el Señor no la bendeciría; traicionar a mi Patria, a la que sólo servimos en realidad cuando hacemos la voluntad de Dios.**

(SIERVO DE DIOS PRÍNCIPE AUGUSTO CZARTORYSKI, SALESIANO.)

*Dómini filii: merces fructus ventris.*

*Sicut sagittae in manu potentis: \* ita filii excussórum.*

*Beátus vir qui implévit desidérium suum ex ipsis: \* non confundétur cum loquétur inimicis suis in porta.*

*Gloria Patri...*

*Ant. Iam hiems tránsiit; imber ábiit et recéssit; surge, amica mea, et veni.*

*Ant. Speciósá facta es.*

herencia del Señor, los hijos; el galardón, la posteridad numerosa.

Como las saetas en manos de un héroe, \* así son los hijos de la juventud.

Feliz quien tiene su aljaba llena de éstos; \* no tendrá que sonrojarse al contender con sus enemigos en los tribunales.

*Gloria al Padre...*

*Ant. Ya pasó el invierno y cesaron las lluvias; levántate, amiga mía, y ven.*

*Ant. Encantadora eres tú.*

## SALMO 147

*Alabemos al Señor por los beneficios y maravillas con que nos favorece.*

*Lauda, Jerúsalem, Dóminus: \* lauda Deum tuum, Sion.*

*Quóniam confortávit seras portárum tuárum: \* benedixit filiis tuis in te.*

*Qui pósuit fines tuos pacem: \* et ádipe fruménti sátiat te.*

*Qui emittit elóquium suum terrae: \* velóciter currit sermo ejus.*

*Qui dat nivem sicut lanam: \* nébulam sicut cinerem spargit.*

Glorifica, Jerusalén, al Señor: \* alaba a tu Dios, Sión.

Porque reforzó los cerrojos de tus puertas, \* bendijo a tus hijos en ti.

Él trajo la paz a tus confines: \* y te sacia con la flor de trigo.

Envía sus órdenes a la tierra: \* corre velozmente su palabra.

Él nos da la nieve como copos de lana; \* esparce la neblina como ceniza.

*Mittit crystallum suam sicut buccellas; \* ante faciē frígoris eius quis sustinēbit?*

*Emittet verbum suum et liquefaciet ea: \* flabit spiritus eius et fluent aquae.*

*Qui annūtiat verbum suum Iacob: \* iustitias et iudicia sua Israel.*

*Non fecit taliter omni nationi: \* et iudicia sua non manifestavit eis.*

*Gloria, Patri...*

*Ant.—Speciosa facta es et suavis in deliciis tuis, sancta Dei Génitrix.*

Envía el granizo en menudos trozos; \* ¿quién podrá soportar su frío?

Pero envía su palabra y lo funde todo: \* sopla su aliento y corren las aguas.

Él revela su ley a Jacob; \* sus leyes y sus juicios a Israel.

Con ninguna otra nación obró así: \* y no les manifestó sus ordenanzas.

Gloria al Padre...

Encantadora eres tú y llena de atractivos celestiales, santa Madre de Dios.

## CAPÍTULO

### Eccli. XXIV, 14

*Ab initio, et ante saecula creata sum et usque ad futurum saeculum non desinam, et in habitatione sancta coram ipso ministravi.*

*R̄. Deo gratias.*

Creada fui al principio y antes de los siglos, y no dejaré de existir en los siglos futuros, y ejercí mi ministerio en la morada santa, delante del Señor.

*R̄. Demos gracias a Dios.*

### AVE MARIS STELLA (Pág. 127)

*V. Diffusa est gratia in labiis tuis.*

*R̄. Propterea benedixit te Deus in aeternum.*

*Ant. Beátam me dicent.*

*V. Derramada está la gracia en tus labios.*

*R̄. Por eso te bendijo Dios para siempre.*

*Ant. Me llamarán bienaventurada.*

## CÁNTICO DE LA VIRGEN

(Luc., I, 46-55.)

*Magnificat \* ánima mea  
Dóminum.*

*Et exultávit spírítus meus  
\* in Deo salutári meo.*

*Quía respéxit humilitátem  
ancillae suae: \* ecce enim ex  
hoc beátam me dicent omnes  
generaciónes.*

*Quía fecit mihi magna qui  
potens est: \* et sanctum no-  
men eius.*

*Et misericórdia eius a pro-  
génie in progénies \* timénti-  
bus eum.*

*Fecit poténtiam in bráchio  
suo: dispérsit supérbos mente  
cordis sui.*

*Depósuit potentes de sede,  
\* et exaltávit húmiles.*

*Esuriéntes implévit bonis:  
\* et dívites dimisit inánes.*

*Suscépit Israel púerum  
suum, \* recordátus misericór-  
diae suae.*

*Sicut locútus est ad Patres  
nostros, \* Abraham et sémini  
eius in saécula.*

*Gloria Patri....*

*Ant. Beátam me dicent om-*

Mi alma \* glorifica al Se-  
ñor.

Y mi espíritu será trans-  
portado \* en Dios mi salva-  
dor.

Porque puso los ojos en la  
bajeza de su esclava; \* por  
ello me llamarán bienventu-  
rada todas las generaciones.

Porque el Todopoderoso ha  
hecho en mí cosas grandes \*  
y su santo nombre.

Y su misericordia se derrama  
de generación en genera-  
ción \* sobre los que le te-  
men.

Desplegó el poder de su  
brazo, \* deshizo las miras del  
corazón de los soberbios.

Derribó del solio a los po-  
derosos, \* y ensalzó a los hu-  
mildes.

Colmó de bienes a los ham-  
brientos \* y dejó con las ma-  
nos vacías a los ricos.

Acogió a Israel su siervo, \*  
acordándose de su misericor-  
dia.

Según la promesa que hizo  
a nuestros padres, \* a Abra-  
ham y a su descendencia por  
los siglos de los siglos.

*Gloria al Padre...*

*Ant. Me llamarán bien-*

*nes generatiónes quia ancillam húmilem respéxit Deus.*

*Kyrie, eléison.*

*Christe, eléison.*

*Kyrie, eléison.*

*Y. Dómine, exáudi oratió-  
nem meam.*

*R. Et clamor meus ad te  
véniat.*

#### OREMUS

*Concéde nos fámulos tuos,  
quaesumus, Dómine Deus, per-  
pétua mentis et córporis sa-  
nitáte gaudére: et gloriosa  
beátae Maríaes semper Virgi-  
nis intercessióne, a praesénti  
liberári tristitia et aetérna  
pérfrui laetitia. Per Dómi-  
num nostrum Iesum Christum  
Fílium tuum, qui tecum vi-  
vit et regnat in unitáte Spíri-  
tus Sancti Deus, per ómnia  
saécula saeculórum:*

*R. Amen.*

#### CONMEMORACIÓN DE LOS SANTOS

*Ant.—Sancti Dei omnes,  
intercédere dignémini pro  
nostra omniúmque salute.*

*Y. Laetámini in Dómino,  
et exultate iusti.*

aventurada todas las genera-  
ciones, porque Dios miró a su  
humilde sierva.

Señor, ten piedad de nos-  
otros.

Cristo, ten piedad de nos-  
otros.

Señor, ten piedad de nos-  
otros.

Y. Señor, oye mi oración.

R. Y mi clamor llegue a  
Ti.

#### OREMOS

Concédenos a tus siervos,  
oh Señor, que gocen siempre  
de la salud del cuerpo y del  
alma, y que, por la gloriosa  
intercesión de la bienaventu-  
rada siempre Virgen, se vean  
libres de los males en la vida  
presente y gocen de la eterna  
felicidad. Por Nuestro Señor  
Jesucristo que contigo vive y  
reina en unión del Espíritu  
Santo Dios, por todos los si-  
glos de los siglos.

R. Amén.

Ant. Santos todos del Se-  
ñor, dignaos interceder por  
nuestra salvación y la de to-  
dos los hombres.

Y. Justos, regocijaos y  
alegraos en el Señor.

R. *Et gloriámini omnes  
recti corde.*

OREMUS

*Prótege, Dómine, pópulum  
tuum, et apostolorum tuorum  
Petri et Pauli, et aliorum pa-  
trocinio confidentem, perpé-  
tua defensione conserva.*

*Omnes Sancti tui quaésu-  
mus, Dómine, nos ubique ad-  
juvent: ut dum eorum mérita  
recólimus, patrocínia sentiá-  
mus: et pacem tuam nostris  
concede temporibus, et ab  
Ecclésia tua cunctam repélle  
nequítiam; iter, actus et vo-  
luntates nostras et ómnium  
famulorum tuorum, in salu-  
tis tuae prosperitate dispóne:  
benefactoribus nostris sempiterna bona retribue, et ómni-  
bus fidelibus defunctis ré-  
quiem aetérnam concede. Per  
Dóminum...*

R. *Amen.*

V. *Dómine, exáudi oratió-  
nem meam.*

R. *Et clamor meus ad te  
veníat.*

V. *Benedicámus Dómino.*

R. *Deo grátias.*

V. *Fidelium animae per  
misericórdiam Dei requiéscant  
in pace.*

R. *Amen.*

R. Y gloriaos todos los  
rectos de corazón.

OREMOS

Protege, Señor, a tu pue-  
blo, y ya que confía en la  
protección de tus Apóstoles  
Pedro y Pablo y de los demás  
Apóstoles, concede tu asisten-  
cia continua.

Haz, Señor, que todos tus  
santos nos socorran en todas  
partes, a fin de que mientras  
honramos sus méritos experi-  
mentemos su patrocínio; y  
concede tu paz a nuestros  
tiempos, y aleja de tu Iglesia  
toda iniquidad; guía nuestros  
pasos, acciones y nuestra vo-  
luntad y la de todos tus sier-  
vos en la prosperidad de tu  
salvación; concede los bienes  
eternos a nuestros bienhecho-  
res, y a todos los fieles di-  
funtos concede el descanso  
eterno. Por N. S. J. C....

Así sea.

V. Señor, oye mi oración.

R. Y llegue a Ti mi cla-  
mor.

V. Bendigamos al Señor.

R. Demos gracias a Dios.

V. Las almas de los fieles  
por la misericordia de Dios  
descansen en paz.

R. Así sea.

*Pater noster...* (En secreto.)  
V. *Dóminus det nobis  
suam pacem.*

R. *Et vitam aeternam.*  
Amen.

Padre nuestro... (*En secr.*)  
V. El Señor nos dé su paz.

R. Y la vida eterna.  
Amén.

SALVE, REGINA, MATER misericórdiæ, vita, dulcédo et spes nostra, salve. Ad te clamámus, éxules filii Evæ. Ad te suspirámus, geméntes et fientes, in hac lacrymárum valle. Eia, ergo, advocáta nostra, illos tuos misericórdes óculos ad nos convérte. Et Jesum, benedictum fructum ventris tui, nobis post hoc exilium osténde. O clemens, o pia, o dulcis Virgo María.

V. *Ora pro nobis, Sancta  
Dei Génitrix.*

R. *Ut digni efficiámur  
promissionibus Christi.*

V. Ruego por nosotros,  
Santa Madre de Dios.

R. Para que seamos dig-  
nos de las promesas de Jesu-  
cristo.

#### OREMUS

*Omnípotens sempitérne  
Deus, qui gloriosae Vírginis  
Matris Mariæ corpus et áni-  
mam, ut dignum Filii tui ha-  
bitáculum éffici mererétur,  
Spíritu Sancto cooperánte,  
praeparásti: da ut, cujus  
commemoriatióne lætámur,  
ejus pia intercessióne, ab ins-  
tántibus malis et a morte per-  
pétua liberémur. Per eúm-  
dem Christum Dóminum no-  
strum.*

R. Amen.

V. *Divinum auxiliúm má-  
neat semper nobiscum.*

R. Amen.

#### OREMOS

Dios omnipotente y eterno,  
que con la cooperación del  
Espíritu Santo preparaste el  
cuerpo y el alma de la glo-  
riosa Virgen María para ha-  
cer de Ella una morada digna  
de tu Hijo; haz que aquella  
cuya memoria con gozo cele-  
bramos, nos libre por su san-  
ta intercesión, de los males  
presentes y de la muerte eter-  
na. Por el mismo J. C. N. S.

R. Así sea.

V. El auxilio divino per-  
manezca siempre en nos-  
otros.

R. Así sea.

## 16. VÍA CRUCIS

### I

Por la señal...

℣. Adorámus te, Chríste, et benedícimus tibi.

℟. Quia per sanctam Crucem tuam redemisti mundum.

#### OREMUS

Réspice, quaésumus, Dómine, super hanc familiam tuam, pro qua Dóminus noster Jesus Christus non dubitávit má-nibus tradi nocéntium et Crucis subire tormentum. Qui tecum vivit et regnat in saécula saeculórum.

℟. Amen.

#### ACTO DE CONTRICIÓN

¡Oh Dios y Redentor mío! Vedme a vuestros pies arrepentido de todo corazón de mis pecados, porque con ellos he ofendido a vuestra infinita bondad. Quiero morir antes que pecar, porque os amo sobre todas las cosas.

℣. Miserére nostri, Dómine. ℟. Miserére nostri.

Madre llena de aficción,  
de Jesucristo las llagas  
grabad en mi corazón.

*Stabat Mater dolorosa,  
Juxta crucem lacrimosa,  
Dum pendebat Filius.*

### Primera estación

V. Adoramus te, Christe, et benedicimus tibi.

R. Quia per sanctam Crucem tuam redemisti mundum.

En esta estación se contempla el Pretorio donde pronunció Pilato la sentencia de muerte contra el divino Redentor.

Considera, alma mía, cómo Pilato condenó a muerte de cruz a nuestro inocentísimo Jesús, y cómo Él se sometió voluntariamente a la muerte para librarte de la condenación eterna.

¡Ah, Jesús mío! Gracias os doy por tanta caridad y os suplico revoquéis la sentencia de condenación que he merecido por mis culpas para que sea digno de poseer la vida eterna.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

V. Miserére nostri, Dómine. R. Miserére nostri...

Madre llena de aflicción...

*Cujus animam geméntem  
Contristátam et doléntem,  
Pertransivit gládus.*

### Segunda estación

V. Adoramus te, Christe, et benedicimus tibi.

R. Quia per sanctam Crucem tuam redemisti mundum.

En esta segunda estación se contempla cómo fué Jesús cargado con el pesadísimo leño de la Cruz.

Considera, alma mía, cómo Jesús cargó sobre sus delicados hombros la cruz que hacían tan pesada tus innumerables pecados.

¡Ah, Jesús mío! Perdonadme y dadme gracia para que no aumente con nuevas culpas el peso de vuestra Cruz, y haced que lleve siempre la mía haciendo verdadera penitencia.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

℣. Miserére nostri, Dómine. ℞. Miserére nostri.

Madre llena de aflicción...

*O quam tristis et afflicta*

*Fuit illa benedicta*

*Mater Unigéniti.*

### Tercera estación

℣. Adoramus te, Christe, et benedícimus tibi.

℞. Quia per sanctam Crucem tuam redemisti mundum.

En esta tercera estación se contempla cómo Jesús cayó por primera vez bajo el peso de la cruz.

Considera, alma mía, cómo Jesús, no pudiendo soportar el peso con que lo cargaron, cayó bajo la cruz agobiado de cansancio y de dolor.

¡Ah, Jesús mío! Mis caídas en el pecado son causa de la vuestra. Os suplico me deis gracia para no renovar ese dolor con nuevas culpas.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

℣. Miserére nostri, Dómine. ℞. Miserere nostri.

Madre llena de aflicción...

*Quae moerébat et dolébat,*

*Pia Mater, dum vidébat*

*Nati poenas ínclyti.*

## Cuarta estación

℣. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.

℞. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.

En esta cuarta estación se contempla el dolorosísimo encuentro de María Santísima con su divino Hijo.

Considera, alma mía, el dolor que experimentó el Corazón de la Virgen a la vista de Jesús, y el Corazón de Jesús a la vista de su afligidísima Madre. Tus culpas fueron la causa de este dolor de Jesús y María.

¡Ah, Jesús mío! ¡Oh María! Hacedme sentir verdadero dolor de mis pecados para que los lllore toda mi vida y merezca ser consolado con vuestra asistencia en la hora de mi muerte.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

℣. Miserére nostri, Dómine. ℞. Miserére nostri.

Madre llena de aficción...

*Quis est homo qui non fleret,  
Matrem Christi si vidéret,  
In tanto supplicio.*

## Quinta estación

℣. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.

℞. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.

En esta quinta estación se contempla cómo fué obligado Simón Cireneo a que ayudase a Jesús a llevar la Cruz.

Considera, alma mía, cómo no teniendo ya Jesús fuerza para llevar la Cruz, los judíos le aliviaron de aquel peso por una fingida compasión.

¡Ah, Jesús mío! Yo soy quien merezco la cruz,

porque he pecado; haced que, a lo menos, siga llevando por vuestro amor la cruz de la adversidad.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

Y. Miserére nostri, Dómine. R. Miserére nostri.

Madre llena de aflicción...

*Quis non posset contristári  
Christi Matrem contemplári  
Doléntem cum Fílio?*

### Sexta estación

Y. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.

R. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.

En esta sexta estación se contempla cómo la Verónica enjugó el rostro de Jesús.

Considera, alma mía, la prontitud de aquella santa mujer en aliviar a Jesús y cómo el divino Salvador la recompensó inmediatamente, permitiendo que su adorable rostro quedara estampado en aquel lienzo.

¡Ah, Jesús mío! Purificad mi alma de todas sus manchas e imprimid en ella y en mi corazón vuestra Santísima Pasión.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

Y. Miserére nostri, Dómine. R. Miserére nostri.

Madre llena de aflicción...

*Pro peccátis suae gentis  
vidit Jesum in torméntis  
et flagéllis súbditum.*

## Séptima estación

Υ. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.

Ϛ. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.

En esta séptima estación se contempla la segunda caída de Jesús con gran dolor y tormento.

Considera, alma mía, los profundos padecimientos de Jesús al caer de nuevo a causa de tus recaídas en el pecado.

¡Ah, Jesús mío! Me confundo en vuestra presencia, y os ruego me ayudéis a levantarme de mis caídas, de manera que no vuelva a recaer jamás en ellas.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

Υ. Miserére nostri, Dómine. Ϛ. Miserére nostri.

Madre llena de aflicción...

*Vidit suum dulcem Natum  
Moriendo desolátum  
Dum emisit spíritum.*

## Octava estación

Υ. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.

Ϛ. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.

En esta octava estación se contempla cómo Jesús encontró a las piadosas mujeres que lloraban por Él.

Considera, alma mía, cómo Jesús dijo a aquellas mujeres que no llorasen por Él, sino por sí mismas, para enseñarte a ti que antes debes llorar por tus pecados que compadecer sus sufrimientos.

¡Ah, Jesús mío! Dadme lágrimas de verdadera

contrición para que os sea agradable la compasión que siento por vuestros dolores.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

V. Miserére nostri, Dómine. R. Miserére nostri.

Madre llena de aflicción...

*Eja, Mater, fons amóris,*

*Me sentire vim dolóris*

*Fac ut tecum lúgeam.*

### Novena estación

V. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.

R. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.

En esta novena estación se contempla la tercera caída de Jesús con nuevas heridas y tormentos.

Considera, alma mía, cómo Jesús cayó por tercera vez, para expiar tu malicia obstinada, que te hace recaer sin cesar en nuevos pecados.

¡Ah, Jesús mío! Quiero poner para siempre término a mis iniquidades a fin de proporcionaros algún alivio; confirmad, os ruego, mis propósitos y haced que, con vuestra gracia, sean eficaces.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

V. Miserére nostri, Dómine. R. Miserére nostri.

Madre llena de aflicción...

*Fac ut árdeat cor meum*

*in amando Christum Deum*

*Ut sibi compláceam.*

## Décima estación

∇. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.

Ɀ. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.

En esta décima estación se contempla cómo, habiendo llegado Jesús al Calvario, fué despojado de sus vestiduras y le dieron a beber hiel y vinagre.

Considera, alma mía, la confusión de Jesús al verse enteramente despojado de sus vestiduras, y la pena que experimentó cuando le dieron a beber hiel y vinagre. Así expió tus inmodestias y tu sensualidad en la comida.

¡Ah, Jesús mío! Arrepíentome de todos mis excesos y prometo, con firme resolución, no volver a renovar vuestras penas, viviendo en adelante con toda modestia y templanza. Así lo espero, ayudado de vuestra divina gracia.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

∇. Miserére nostri, Dómine. ·Ɀ. Miserére nostri.

Madre llena de aficción...

*Sancta Mater, istud agas,  
Crucifixi fige plagas  
Cordi meo válide.*

## Undécima estación

∇. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.

Ɀ. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.

En esta undécima estación se contempla cómo fué Jesús clavado en la cruz, en presencia de su afligidísima Madre, para salvarnos.

Considera, alma mía, los tormentos que sufrió Jesús al sentir sus pies y manos traspasados por gruesos clavos.

¡Ah, Jesús mío! Vos padecisteis tanto por mí y yo nada quiero sufrir por Vos. Enclavad, os ruego, en vuestra cruz mi rebelde voluntad, pues estoy resuelto a no ofenderos más en lo por venir; antes bien, padecer voluntariamente cualquier pena por vuestro amor.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.

Y. Miserére nostri, Dómine. R. Miserére nostri.

Madre llena de aflicción...

*Tui nati vulneráti  
Tam dignáti pro me pati,  
Poenas mecum dívide.*

### Duodécima estación

Y. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.

R. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.

En esta duodécima estación se contempla la muerte de Jesús en la cruz.

Considera, alma mía, cómo después de tres horas de cruel agonía, expiró el Redentor en la Cruz por tu salvación.

¡Ah, Jesús mío! Justo es que yo emplee el resto de mi vida en serviros, puesto que Vos habéis dado la vuestra por mí en medio de tantos tormentos. Tomo aquí esta firme resolución; concededme por los méritos de vuestra muerte la gracia de ser fiel a ella.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.  
V. Miserére nostri, Dómine. R. Miserére nostri.

Madre llena de aficción...

*Fac me tecum pie flere*  
*Crucifixo condolére*  
*Donec ego víxero.*

### Décimotercera estación

V. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.  
R. Quia per sanctam Crucem tuam redemísti mundum.  
En esta décimotercera estación se contempla cómo el  
Cuerpo Santísimo de Jesús fué bajado de la cruz y colocado  
en los brazos de su Santísima Madre.

Considera, alma mía, el dolor de la Santísima Vir-  
gen, al ver muerto entre sus brazos a su divino Hijo.  
¡Oh, afligidísima Madre mía! Por los méritos de  
Jesús, obtenedme la gracia de no volver a renovar  
en mi vida las causas de su muerte, sino que siempre  
viva en gracia de Dios.

Padrenuestro, Avemaría y Gloriapatri.  
V. Miserére nostri, Dómine. R. Miserére nostri.

Madre llena de aficción...

*Juxta Crucem tecum stare*  
*Et me tibi sociáre*  
*In planctu desidero.*

### Décimocuarta estación

V. Adorámus te, Christe, et benedicimus tibi.  
R. Quia per sanctam crucem tuam redemísti mundum.  
En esta última estación se contempla cómo fué sepultado  
el Cuerpo de nuestro divino Salvador.

Considera, alma mía, cómo fué sepultado con gran devoción y respeto el Cuerpo Santísimo de Jesús en un sepulcro nuevo que le había sido preparado.

¡Ah, Jesús mío! Gracias os doy por todo lo que habéis sufrido por mí, y os suplico que preparéis mi corazón para recibirlos dignamente en la Sagrada Comunión y establezcáis vuestra morada para siempre en mi alma.

Padrenuestro, Avemaría y Gloripatri.

Y. Miserére nostri, Dómine. R. Miserére nostri.

Madre llena de aflicción...

*Quando Corpus moriétur*

*Fac ut ánimae donétur*

*Paradisi glória. Amen.*

Y. Salva nos, Christe Salvátor, per virtútem Crucis.

R. Qui salvati Petrum in mari, miserére nobis.

#### OREMUS

Deus, qui Unigéniti Filii tui pretioso ságuine vivíficæ Crucis vexillum santificáre voluisti, concéde, quaésumus, eos qui ejúsdem sanctæ Crucis gaudent honóre, tua quoque protectione gaudére. Per eúmdem Christum Dóminum nostrum.

R. Amen.

Un Padrenuestro, Avemaría y Gloripatri, según la intención del Sumo Pontífice.

Y. Divinum auxiliúm máneat semper nobíscum.

R. Amen.

## 17. VIA CRUCIS

### II

#### ACTO DE CONTRICIÓN

¡Oh Dios y Redentor mío! Vedme a vuestros pies arrepentido de todo corazón, porque con ellos he ofendido a vuestra infinita bondad. Quiero morir antes que pecar, porque os amo sobre todas las cosas.

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

#### PRIMERA ESTACIÓN

#### Jesús condenado a muerte

Jesús frente a Pilato. Hay una guerra a muerte entre el mundo representado en Pilato y Cristo. Hay que escoger bandera y partido. O con el mundo, que se divierte condenando a Cristo, o con Cristo, que por amar es condenado a muerte. Sé en qué partido estuve hasta el día de hoy. Me duelo. ¿Dónde voy a estar desde mañana?

¡Señor, dime que no soy del mundo, dime que no es posible servir a dos señores!

*(Momentos de silencio.)*

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

## SEGUNDA ESTACIÓN

### Jesús con la cruz auestas

Recibe Él con amor el madero donde van mis pecados y miserias todas. Las que cometí y no pagué. Porque las pagó Él. Las pagó Él. Fueron sobre sus hombros. Por eso fui su verdugo y no su discípulo. Ahora quiero aprender de Él y marchar tras Él con la cruz mía, la que yo fabriqué y Él soportó. Ahora prometo hacer penitencia. Para pagar mis deudas. Para devolver amor.

¡Señor, porque quiero ser tu discípulo, quiero negarme y llevar mi cruz!

*(Silencio.)*

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

## TERCERA ESTACIÓN

### Jesús cae por primera vez

Y cayó porque le pesaba mi carga. Y cayó para que no me desanimase en mis caídas. Si me pesa la vida, si caigo, acuérdeme que le pesaba a Él mi cruz y cayó. Llevaba sobre sus hombros con mis pecados, mis incapacidades, mis fallos, mis impotencias. Todo lo mío. Porque es mi hermano y conmigo avanza por la vida. Él lleva mi vida y mis obras hechas cruz sobre sus hombros.

¡Señor, hazme tu yugo suave y tu carga ligera!

*(Silencio.)*

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

## CUARTA ESTACIÓN

### Jesús encuentra a su Madre

Siete espadas atraviesan el corazón de Ella. Se las clavo yo que llevo a Jesús por las calles de Jerusalén. Yo, que hice llorar a tantos, la hice llorar también a Ella. Yo, que tengo el corazón endurecido. ¡Qué bien sé cargar maderos en las fuertes espaldas del Señor! ¡Qué bien sé clavar espadas en el blando corazón de mi Madre!

¡Señor, haz que mi corazón de piedra se haga corazón de carne!

*(Silencio.)*

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

## CANTO

*Perdón, oh Dios mío,—perdón e indulgencia,  
perdón y clemencia,—perdón y piedad.*

*Pequé, ya mi alma—sus culpas confiesa,  
mil veces me pesa—de tanta maldad.*

*Perdón, oh Dios mío,—perdón e indulgencia,  
perdón y clemencia,—perdón y piedad.*

## QUINTA ESTACIÓN

### El Cireneo ayuda a llevar la cruz

Egoísta como el de Cirene, contemplo a Jesús con su carga. A aquel hombre le obligaron los soldados a salir de su indiferencia y tomar la cruz. ¡No será el amor, la contrición la que me obligue a mí a sa-

lir de mi abulia y cobardía, para pedirle al Señor que me deje tomar parte de su cruz? Porque en ella está la salud y la vida. Porque la necesito, porque me la merezco, porque quiero llevar con mi hermano la paga de mi vida.

¡Señor, dame, dame tu cruz!

*(Silencio.)*

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

#### SEXTA ESTACIÓN

### **La Verónica enjuga el rostro del Señor**

Cobarde, como todos aquellos que contemplan la caravana; cobarde yo, no me atrevo a confesar a Jesús ante los hombres, no me atrevo a salir al camino como la Verónica y enjugar su rostro. No me atrevo a ser piadoso ante los demás. No me atrevo a ser misericordioso, enjugando el rostro de los otros Cristos, todos los que sufren... No me atrevo...

¡Señor, desata mi cobardía para que ante el mundo te proclame a Ti!

*(Silencio.)*

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

#### SÉPTIMA ESTACIÓN

### **Jesús cae por segunda vez**

Humillado, cae a los pies de los soldados. No había venido a ser servido, sino a servir. Abyección de la plebe y oprobio de las gentes. Jesús pisoteado para que yo pisotee las glorias del mundo, sus pompas y

vanidades y mis orgullos y soberbias. Para que sea humilde. Jesús a los pies de los Apóstoles. Jesús a los pies de los soldados. Jesús a disposición de todos, hecho pan de todos, para que todos le comamos. Y le seguimos pisando.

¡Señor, tu discípulo no quiere ser más que su Maestro! ¡Envíame fracasos y deshonras!

(*Silencio.*)

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

#### OCTAVA ESTACIÓN

### Jesús y las mujeres de Jerusalén

No acepta el Señor aquellas lágrimas sinceras. Prefiere una compasión más viril, la que florece en contrición y penitencia. La que quiere de mí. Es fácil la piedad sensible; rehuímos la piedad sacrificada, la que hace de la mortificación y del seguimiento de Cristo una profesión heroica. ¡Cuántos lloran el paso de Jesús y qué pocos le siguen! ¡Cuántos sarmientos secos en su vida, qué pocos sarmientos vivos y doblados por el peso de los frutos!

¡Señor!, mírame; sabes mi debilidad que me tiene al margen de tu camino; dime como a Lázaro: “¡Levántate y anda!”

(*Silencio.*)

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

#### CANTO

*Amante Jesús mío,—oh, cuánto te ofendí;  
perdona mi extravío—y ten piedad de mí.*

¿Quién, al mirarte exánime—pendiente de una cruz  
por nuestras culpas víctima—expirar, buen Jesús,  
de compasión y lástima,—no siente el pecho herido  
habiéndote ofendido—con negra ingratitud?  
Amante Jesús mío...

#### NOVENA ESTACIÓN

### Jesús cae por tercera vez

Y una vez más por tierra, y una vez más surge y asciende. Para darme el Señor la lección de heroica perseverancia. Porque el cansancio en el camino de Cristo es de todos y de siempre, es mi enfermedad, mi vida; me canso de seguirle, me canso de la virtud, me canso de la piedad. Me canso, me aburro. Cristo cae y se levanta hasta el fin. ¡Así, Señor, hasta el fin de mi vida, por duro que sea el camino, por largo que sea, siempre levantándome, siempre!

¡Jesús!, cuando veas que me sumerjo, perdiendo la confianza, que tus manos me tomen, que tus labios me digan: Hombre de poca fe, ¿por qué dudas?

(Silencio.)

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

#### DÉCIMA ESTACIÓN

### Jesucristo despojado de sus vestiduras

Despojado de todo, libre sin las mil ataduras con que los hombres nos atamos a la tierra. Jesús despojado, sin nada frente a mis concupiscencias de cosas, de mundo, de placeres, de cariño. Jesús pobre, Jesús

solo. Yo rico, yo espléndido, yo mimado y querido. Por mis culpas y mis malos deseos y mis codicias y mis injusticias, Jesús padece pobreza, deshonra y soledad. Y lo sigue padeciendo en sus pobres, imágenes suyas, pedazos de su Cuerpo místico.

¡Señor!, ¿aprenderé a vaciar mi corazón de tierra, a entender lo que es pobreza, lo que es humildad, lo que eres Tú? Habla, Señor, que tu siervo escucha.

*(Silencio.)*

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

## UNDÉCIMA ESTACIÓN

### Jesús es crucificado

Cae el martillo, traspasan los clavos la carne de Dios, mis pecados golpean: mis pecados de carne que se ceban en la carne divina, mis lascivias que hacen llaga en el casto cuerpo de Jesús, mi lujuria que ensangrienta su pureza.

Y quedan sus manos abiertas y sus pies clavados. Y yo enfrente, entre el mundo que ríe, diciendo: ¡Bájate de la cruz! ¡Bájate de la cruz! Pero, Señor; no te bajes. ¿Qué sería de mí, si dejaras tu puesto, que es el mío, el suplicio que yo me gané y que Tú padeces? No te bajes, Señor, y escóndeme en tus llagas para que se duela allí mi espíritu y se haga casta mi carne.

*(Silencio.)*

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

## DUODÉCIMA ESTACIÓN

### Muere Jesús

Y habiendo dado una gran voz, inclinó la cabeza y expiró. En las manos de su Padre había puesto su espíritu, en las de los hombres su perdón, su sangre y su Madre. Todo lo había consumado. Nada más podía hacer ya. ¿Me parece poco? ¿Nos parece poco? Sin duda, porque aún seguimos, aún sigo pecando y pecando. Me parece poco la sangre y la muerte de Dios. Él lo sabía, y, desde la cruz, me miró enternecido: "Tengo sed." Aún le restaba amor y sed de pagar más por mí...; aún, todavía más. Y un día y otro sigue su sacrificio en los altares, a través de los siglos, y de los años, y de los minutos... ¡Y yo aún sigo pecando!

¡Señor, Señor, hasta cuándo!

*(Silencio.)*

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

## DÉCIMOTERCERA ESTACIÓN

### El Descendimiento del Señor

Sobre el seno de María queda el cadáver de Jesús. Ella, en silencio, contempla y llora. Es mi obra, la que más cuidé, la que mejor concluí: "Señora, yo lo hice, yo maté a tu Hijo con mis crueldades y tibiezas, con mis injusticias y cobardías, con mis impiedades. Yo fui, Señora: Tú me lo diste hecho vida, yo te lo devuelvo muerto. Es mi obra, lo único grande que hice en mi vida, lo único eficaz..." Ella, en silencio, contempla y llora. Jesús ha muerto. Y yo,

tras contemplar y pedir perdón en estos Ejercicios, ¿volveré otra vez a empezar?

(Silencio.)

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

#### CANTO

*Sálvame, Virgen María,—Óyeme te imploro con fe.  
Mi corazón en Ti confía—Virgen María, sálvame.  
No te olvides de la hora—En que te nombró Jesús  
Mi Madre y mi protectora—Desde el árbol de la Cruz.  
Sálvame, Virgen María...*

#### DÉCIMOCUARTA ESTACIÓN

##### Jesús sepultado

El sepulcro del Señor es urna de esperanza. Es silencio prometedor de victoria. Es noche de estrellas, es ansias de resurrección.

Como el Sagrario, el pequeño sepulcro místico de Jesús, con su puerta sellada y su silencio expresivo, y sus promesas de vida. Vigilaban los guardias y yo vigilaré; esperaban las mujeres y yo esperaré... Esperaré, esperaré la aurora del gran día cuando venga mi resurrección, y el verle cara a cara, y el abrazo estrecho y divino de duración eterna...

¡Ven, Señor, Jesús, ven; apunte la aurora de tu día, ven!

(Silencio.)

¡Señor, pequé! ¡Ten piedad y misericordia de mí!

Puede terminarse el Vía crucis con la adoración de la Cruz y un canto penitencial: Perdón, ¡oh Dios mío!, Ven a penitencia, Perdona a tu pueblo, Señor, etc.

## 18. ACTO EUCARÍSTICO

### HIMNO

*Ave, maris Stella,  
Dei Mater alma,  
Atque semper Virgo,  
Felix coeli porta.*

*Sumens illud Ave  
Gabrielis ore,  
Funda nos in pace,  
Mutans Hevae nomen.*

*Solve vincla reis,  
Profer lumen caecis,  
Mala nostra pelle,  
Bona cuncta posce.*

*Monstra te esse matrem  
Sumat per te preces,  
Qui pro nobis natus,  
Tulit esse tuus.*

*Virgo singularis,  
Inter omnes mitis,  
Nos culpis solutos,  
Mites fac et castos.*

*Vitam praesta puram,  
Iter para tutum,  
Ut videntes Iesum,  
Semper colletemur.*

Salve, del mar estrella,  
De Dios excelsa Madre  
Y siempre Virgen pura  
Del Cielo feliz puerta.

Al escuchar el "Ave"  
Que el Ángel te dijera,  
En la paz afiánzanos  
Mudando el nombre de Eva.

Da libertad al preso,  
Y al ciego la luz bella;  
Aleja nuestros males,  
Alcánzanos mil bienes.

Muéstrate que eres madre,  
Y por Ti nos atienda  
El que por redimirnos,  
Nació de tus entrañas.

Oh Virgen sin igual,  
La más dulce entre todas.  
Ya libres del pecado,  
Haznos dulces y castos.

Haz pura nuestra vida,  
Seguras nuestras sendas;  
Y así a Jesús veamos  
Alegres en la patria.

*Sit laus Deo Patri,  
Summo Christo decus,  
Spiritus Sancto.  
tribus honor unus. Amen.*

Alabanza a Dios Padre,  
A Cristo gloria sea  
Y al Espíritu Santo  
Honor igual a los tres. Así  
[sea.]

### ADORO TE DEVOTE

Adoro Te devóte, latens Déitas,  
Quae sub his figúris vere látitas;  
Tibi se cor meum totum súbjicit,  
Quia Te contémpkans totum déficit.

Jesu, quem velátum nunc adspício,  
Oro, fiat illud quod tam sítio:  
Ut, Te reveláta cernens fácie,  
Visu sim beátus tuae glóriæ. Amen.

*Ÿ. Ora pro nobis, Maria  
Auxilium Christianórum.*

*R. Ut digni efficiámur  
promissionibus Christi.*

Ÿ. R u e g a por nosotros,  
María Auxilio de los Cristia-  
nos.

R. Para que seamos dig-  
nos de las promesas de Cristo.

### A MARÍA AUXILIADORA

*Oremus: Omnipotens et mi-  
séricors Deus, qui ad defen-  
sionem pópuli christiáni in  
beatissima Virgine María per-  
pétuum auxilium mirabiliter  
constituisti: concéde propi-  
tius; ut, tali praesidio muniti  
certantes in vita, victóriam de  
hoste maligno cónsequi va-*

Oremos: Oh Dios omnipo-  
tente y misericordioso, que  
has establecido de este modo  
prodigioso en la Santísima  
Virgen María un constante  
auxilio para la defensa del  
pueblo cristiano: concédenos  
misericordioso que, comba-  
tiendo durante la vida pre-

*leámus in morte. Per Dóminum...*

sente podemos, revestidos con este escudo, conseguir en la hora de la muerte la victoria contra el maligno enemigo. Por N. S. J. C.

## A SAN JUAN BOSCO

*Orémus: Deus, qui Sanctum Joánnem Confessórem tuum, adolescentium patrem et magistrum excitásti, ac per eum, auxiliatrice Virgine María novas in Ecclésia familias florescere voluisti: concéde, quaesumus, ut eódem caritátis igne succénsi, ánimas quaerere tibi que solo servire valeámus. Per Dóminum...*

Oremos: Oh Dios, que hiciste de tu Santo Confesor Juan el padre y guía de la juventud, y quisiste que por su medio y con el auxilio de la Virgen María floreciesen en la Iglesia nuevas familias religiosas, haz que, abrasados en la llama de la misma caridad, podamos atraerte las almas y servir sólo a Ti. Por N. S. J. C....

## A SANTO DOMINGO SAVIO

*Deus, qui Sancto Dominico mirábile adolescentibus pietátis ac puritátis exémpplar dedisti: concéde propítius, ut Christi mortificatióne circumferéntes in córpore, mundo corde Tibi servire valeámus. Per Dóminum...*

Oremos: Oh Dios, que en Santo Domingo diste a los adolescentes un admirable ejemplo de piedad y de pureza: concédenos benignamente que, practicando en nuestro cuerpo la mortificación cristiana, podamos servirte con pureza de corazón. Por N. S. J. C....

R. Amen.

R. Así sea.

## TANTUM ERGO

Tantum ergo sacraméntum  
Venerémur cernui:  
Et antíquum documéntum  
Novo cedat rítui:  
Praestet fides suppleméntum  
Sénsuum deféctui.

Genitóri, Genitóque  
Laus et jubilátio,  
Salus honor, virtus quóque  
Sit, et benedíctio:  
Procedénti ab utróque  
Compar sit laudátio. Amen.

- ℣. Panem de coelo prestitísti eis.  
℞. Omne delectaméntum in se habéntem.

## OREMUS

Deus, qui nobis sub Sacraménto mirábili, Passió-  
nis tuae memóriam reliquisti: tríbue quaésumus, nos  
Córporis et Sánguinis tui sacra mystéria venerári;  
ut Redemptiónis tuae fructum in nobis júgiter senti-  
tiámus. Qui vivis et regnas in saécula saeculórum.

℞. Amen.

## PRECES EN REPARACIÓN DE LAS BLASFEMIAS

Bendito sea Dios.

Bendito sea su santo nombre.

Bendito sea Jesucristo Dios y hombre verdadero.  
Bendito sea el nombre de Jesús.  
Bendito sea su Sacratísimo Corazón.  
Bendito sea Jesucristo en el Santísimo Sacramen-  
to del Altar.

Bendita sea la excelsa Madre de Dios María San-  
tísima.

Bendita sea su santa e Inmaculada Concepción.

Bendita sea su Gloriosa Asunción.

Bendito sea el nombre de María Virgen y Madre.

Bendito sea San José, su castísimo esposo.

Bendito sea Dios en sus Ángeles y en sus Santos.

#### OS ADORO

Os adoro aquí postrado,  
oh cuerpo de Jesús Sacramentado;  
bendita sea la Concepción Purísima  
de la Madre de Dios Virgen Santísima.

## 19. ROSARIO DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

V. Deus, in adjutórium meum inténde.

R. Dómine, ad adjuvándum me festína.

Gloria Patri...

Dios te salve, Reina...

*María, Madre de gracia, Madre de misericordia, defiéndenos del enemigo y ampáranos en la hora de la muerte.*

*Los lunes y jueves, el día de la Navidad de Nuestro Señor Jesucristo y los de la Anunciación, Visitación y Purificación de María se contemplan los*

### MISTERIOS GOZOSOS

1. En el primer misterio gozoso se contempla la Anunciación del Ángel a la Virgen María.

*Al final de cada misterio se dice un Padrenuestro con diez Avemarias y un Gloripatri y la jaculatoria:*

María, Madre de gracia, etc....

2. En el segundo se contempla la visita de la Virgen María a Santa Isabel.

3. En el tercero se contempla el nacimiento de Jesucristo en el portal de Belén.

4. En el cuarto se contempla la presentación del Niño Jesús en el Templo.

5. En el quinto se contempla a Jesús hallado entre los doctores del Templo.

*Los martes y viernes y el miércoles y jueves de Semana Santa se contemplan los*

## MISTERIOS DOLOROSOS

1. En el primer misterio doloroso se contempla la oración de Jesucristo en el Huerto.
2. En el segundo se contempla la flagelación de Jesucristo en la columna.
3. En el tercero se contempla la coronación de espinas.
4. En el cuarto se contempla la subida de Jesucristo al Calvario con la cruz a cuestas.
5. En el quinto se contempla la crucifixión y muerte de Jesucristo.

*Los domingos, miércoles y sábados; los lunes y martes de Pascua y Pentecostés y el día de la Ascensión del Señor, Asunción de María Santísima y solemnidad de Todos los Santos se contemplan los*

## MISTERIOS GLORIOSOS

1. En el primer misterio glorioso se contempla la Resurrección de Jesucristo.
2. En el segundo se contempla la Ascensión de Jesucristo al Cielo.
3. En el tercero se contempla la venida del Espíritu Santo sobre la Virgen María y los Apóstoles.
4. En el cuarto se contempla la Asunción de la Virgen María al Cielo.
5. En el quinto se contempla la coronación de la Virgen María y la Gloria de los Ángeles y de los Santos.

## LETANIAS DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

Kyrie, eléison. Kyrie, eléison.

Christe, eléison. Christe, eléison.

Kyrie, eléison. Kyrie, eléison.

Christe, audi nos. Christe, audi nos.

Christe, exáudi nos. Christe, exáudi nos.

Pater de Coelis, Deus,

miserére nobis.

Fili, Redemptor mundi, Deus,	miserere nobis.
Spiritus Sancte, Deus,	miserere nobis.
Sancta Trinitas, unus Deus,	miserere nobis.
Sancta Maria,	ora pro nobis.
Sancta Dei Génitrix,	
Sancta Virgo Virginum,	ora.
Mater Christi,	ora.
Mater Divinae gratiae,	ora.
Mater purissima,	ora.
Mater castissima,	ora.
Mater inviolata,	ora.
Mater intemerata,	ora.
Mater immaculata,	ora.
Mater amabilis,	ora.
Mater admirabilis,	ora.
Mater boni consilii,	ora.
Mater Creatoris,	ora.
Mater Salvatoris,	ora.
Virgo prudentissima,	ora.
Virgo veneranda,	ora.
Virgo praedicanda,	ora.
Virgo potens,	ora.
Virgo clemens,	ora.
Virgo fidelis,	ora.
Spéculum iustitiae,	ora.
Sedes sapientiae,	ora.
Causa nostrae laetitiae,	ora.
Vas spirituále,	ora.
Vas honorabile,	ora.
Vas insigne devotiónis,	ora.
Rosa mystica,	ora.
Turris davídica,	ora.
Turris ebúrnea,	ora.
Domus áurea,	ora.
Foederis arca,	ora.
Jánua coeli,	ora.
Stella matutina,	ora.
Salus infirmórum,	ora.

Refúgium peccatórum,	ora.
Consolátrix afflictórum,	ora.
Auxílium Christianórum,	ora.
Regína Angelórum,	ora.
Regína Patriarchárum,	ora.
Regína Prophetárum,	ora.
Regína Apostolórum,	ora.
Regína Mártýrum,	ora.
Regína Confessórum,	ora.
Regína Vírginum,	ora.
Regína Sanctórum ómnium,	ora.
Regína sine labe originali concépta,	ora.
Regína in coelum assúmpta,	ora.
Regína Sacratíssimi Rosárii,	ora.
Regína Pacis,	ora.
Agnus Dei, qui tollis peccáta mundi, parce nobis, Dómine.	
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, exáudi nos, Dómine.	
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, miserére nobis.	

Sub tuum praesídium confúgimus, Sancta Dei Génitrix, nostras deprecatiónes ne despicias in necessitatibus, sed a periculis cunctis libera nos semper, Virgo gloriósa et benedícta.

Ÿ. Ora pro nobis, sancta Dei Génitrix.

Ŕ. Ut digni efficiámur promissionibus Christi.

#### OREMUS

Concéde nos, fámulos tuos, quaésumus, Dómine Deus, perpétua mentis et córporis sanitate gaudére, et gloriósa beátae Maríae semper Vírginis intercessióne a praesénti liberári tristítia et aetérna pérfrui laetítia. Per Christum Dóminum nostrum.

Ŕ. Amen.

## 20. ORACIONES DE LA NOCHE

*Por la señal*, de la santa cruz,—de nuestros enemigos—líbranos Señor, Dios nuestro.—En el nombre del Padre—y del Hijo—y del Espíritu Santo.—Amén.

### Acción de gracias

OS ADORO,—Dios mío, y os amo de todo corazón.—Os doy gracias por haberme creado,—hecho cristiano y conservado en este día.—Perdonadme las obras malas que hoy he cometido,—y si he hecho alguna buena, aceptadla.—Guardadme durante el sueño—y libradme de los peligros.—Sea siempre conmigo vuestra gracia—y con todos los míos.—Así sea.

### Padrenuestro

PADRE NUESTRO,—que estás en los cielos,—santificado sea el tu nombre,—venga a nos el tu reino;—hágase tu voluntad,—así en la tierra como en el Cielo.—El pan nuestro de cada día dánosle hoy—y perdónanos nuestras deudas,—así como nosotros perdonamos a nuestros deudores—y no nos dejes caer en la tentación,—mas líbranos de mal. Amén.

## **Avemaría**

DIOS TE SALVE, MARÍA,—llena eres de gracia;—el Señor es contigo;—bendita Tú eres entre todas las mujeres,—y bendito es el fruto de tu vientre, Jesús.—Santa María, Madre de Dios,—ruega por nosotros pecadores,—ahora y en la hora de nuestra muerte.—Amén.

## **Credo**

CREO EN DIOS Padre Todopoderoso.—Creador del Cielo y de la tierra—y en Jesucristo, su único Hijo,—Nuestro Señor,—que fué concebido—por obra y gracia del Espíritu Santo,—y nació de Santa María Virgen,—padeció debajo del poder de Poncio Pilato.—Fué crucificado, muerto y sepultado,—descendió a los infiernos,—y al tercer día resucitó de entre los muertos.—Subió a los Cielos—y está sentado a la diestra de Dios Padre Todopoderoso.—Desde allí ha de venir a juzgar a los vivos y a los muertos.—Creo en el Espíritu Santo,—la Santa Iglesia Católica,—la Comunión de los Santos,—el perdón de los pecados,—la resurrección de la carne,—la vida perdurable.—Amén.

## **Salve**

DIOS TE SALVE,—Reina y Madre de misericordia;—vida, dulzura y esperanza nuestra,—Dios te salve;—a Ti llamamos los desterrados hijos de Eva;—

a Ti suspiramos, gimiendo y llorando en este valle de lágrimas.—Ea, pues, Señora, abogada nuestra,—vuelve a nosotros esos tus ojos misericordiosos,—y después de este destierro muéstranos a Jesús.—fruto bendito de tu vientre.—¡Oh clementísima, oh piadosa, oh dulce Virgen María!—Ruega por nosotros, Santa Madre de Dios,—para que seamos dignos—de alcanzar las promesas de nuestro Señor Jesucristo.—Amén.

### Al Ángel Custodio

ÁNGEL DE DIOS,—que eres mi custodio,—ilumíname, guárdame, guíame, gobiérname,—puesto que a ti me ha confiado la bondad divina.—Así sea.

*Tres veces:* Madre querida, Virgen María, haced que yo salve el alma mía.

*Con una Avemaría cada vez, y, al fin,* Gloripatri.

POR LOS SUPERIORES Y MISIONEROS: Dios te salve, Reina...

### Oración a San Juan Bosco

Oh Padre y maestro de la juventud,—San Juan Bosco,—que tanto trabajasteis por la salvación de las almas,—sed nuestro guía—en buscar el bien de la nuestra y la salvación del prójimo,—ayudadnos a vencer las pasiones y el respeto humano,—enseñadnos a amar a Jesús Sacramentado,—a María Auxiliadora y al Papa,—y obtenednos de Dios una santa muerte,—para que podamos un día hallarnos juntos en el Cielo.—Así sea.

POR LOS ANTIGUOS ALUMNOS: Avemaría.

Ángelus, pág. 20.

De profundis, pág. 26, *si no se hubiesen rezado antes.*

DETENGÁMONOS ALGUNOS INSTANTES PARA EXAMINAR EL ESTADO DE NUESTRA CONCIENCIA. (*Breve pausa.*) Véase examen, pág. 155.

SI NOS HALLAMOS CULPABLES DE ALGÚN PECADO, HAGAMOS DE CORAZÓN UN ACTO DE CONTRICIÓN, PROMETIENDO AL SEÑOR CONFESARNOS LO MÁS PRONTO POSIBLE.

### Acto de contrición

SEÑOR MÍO JESUCRISTO,—Dios y hombre verdadero,—Creador, Padre y Redentor mío,—por ser Vos quien sois, y porque os amo sobre todas las cosas,—a mí me pesa,—pésame, Señor, de todo corazón—de haberos ofendido,—y propongo firmemente,—nunca más pecar,—confesarme,—cumplir la penitencia que me fuere impuesta,—y apartarme—de todas las ocasiones de ofenderos;—ofrézcoos mi vida,—obras y trabajos—en satisfacción de todos mis pecados—y confío en vuestra bondad—y misericordia infinita—me los perdonaréis por los méritos—de vuestra preciosísima Sangre,—Pasión y Muerte;—y me daréis gracia para enmendarme—y para perseverar en vuestro santo servicio—hasta el fin de mi vida. Amén.

Y MIENTRAS NOS DESNUDAMOS, FIGURÉMONOS VER A LOS VERDUGOS DE JESUCRISTO ARRANCÁNDOLE CON VIOLENCIA SUS VESTIDOS PARA AZOTARLE. APENAS ACOSTADOS DIREMOS:

Jesús, José y María,—os doy el corazón y el alma mía.

Jesús, José y María,—asistidme en mi última agonía.

Jesús, José y María,—expire en vuestros brazos en paz el alma mía.

PENSANDO LUEGO QUE ESTAMOS EN LA PRESENCIA DE DIOS, CON LAS MANOS JUNTAS SOBRE EL PECHO, NOS ENTREGAREMOS AL DESCANSO.

En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo. Amén.

## 21. ORACIONES LITÚRGICAS

### Completas

UNO.—Mandad, Señor, que se nos bendiga.

LECTOR.—Una noche tranquila y un final perfecto nos conceda el Señor Omnipotente.

TODOS.—Amén.

UNO.—Hermanos: Sed sobrios y vigilad, porque nuestro adversario el diablo, como león rugiente, anda en torno buscando a quien devorar; al cual, resistid en la fe, y tú, Señor, apiádate de nosotros. (*I Pedro, 5, 8-9.*)

TODOS.—Gracias sean dadas a Dios.

LECTOR.—Nuestra ayuda en el nombre del Señor.

TODOS.—Que hizo el cielo y la tierra.

LECTOR.—Padre nuestro... (*Lo dicen en secreto.*)

TODOS.—Yo pecador, me confieso a Dios Todopoderoso,—a la Bienaventurada siempre Virgen María,—al Bienaventurado San Miguel Arcángel,—al Bienaventurado San Juan Bautista, a los santos Apóstoles San Pedro y San Pablo,—a todos los Santos,—y a Vos, Padre,—que pequé gravemente,—con el pensamiento, palabra y obra,—por mi culpa,—por mi culpa,—por mi grandísima culpa.—Por tanto ruego

a la Bienaventurada siempre Virgen María,—al Bienaventurado San Miguel Arcángel,—al Bienaventurado San Juan Bautista,—a los santos Apóstoles San Pedro y San Pablo,—a todos los Santos y a Vos, Padre,—que roguéis por mí, a Dios nuestro Señor. Amén.

LECTOR.—El Dios Todopoderoso tenga misericordia de nosotros,—y perdonados nuestros pecados nos conduzca a la vida eterna.

TODOS.—Amén.

LECTOR.—Conviértenos, oh Dios, salvación nuestra.

TODOS.—Y aparta tu ira de nosotros.

LECTOR.—Ven, oh Dios, en mi ayuda.

TODOS.—Señor, apresúrate a socorrerme.

LECTOR.—Gloria al Padre...

TODOS.—Como era en el principio...

## SALMO 69

Petición de auxilio que David alza al Cielo, enfrente de crueles enemigos.

Dígnate, oh Dios, librarme en mi amargura;  
oh Señor, a ayudarme te apresura.

Quédese avergonzada y confundida  
la turba que buscando va mi vida.

Retroceda cubierto de rubor  
el que en mi mal se goza en su rencor.

Y en confusión retroceder se vea  
a los que altivos me repiten: "Ea".

Y alborócese en Ti los que en su afán  
tan sólo a Ti, Señor, buscando van.

Y los que de tu auxilio van en pos  
digan siempre: "Bendito sea Dios."

Mas yo soy pobre, Señor, y estoy inerme;  
acude a socorrerme.

Pues que Tú eres mi ayuda y protector,  
no tardes, oh Señor.

Oh Padre, oh Hijo, oh Espíritu, almo Dios,  
gloria y adoración ríndase a Vos.

Cual es, cual fué, cual lo será también,  
por siglos de los siglos, siempre. Amén.

## SALMO 70

Confiada oración de un piadoso anciano. Su autor, anciano ya y atribulado y perseguido, pudo ser David mismo en los últimos años de su vida. Considera las maravillas obradas por Dios en su vida pasada y aviva los sentimientos de la más viva confianza.

A Ti, Señor, me acojo;  
no me cubras por siempre de sonrojo.

Libra y sálvame, oh Dios, por tu justicia;  
tu oreja inclina a mi salud propicia,

Para mi salvación  
sé mi roca y munido torreón;  
porque Tú eres por cierto  
mi alcázar fuerte, mi seguro puerto.

De inicua mano y puño de opresor  
Tú líbrame, oh Señor.

Pues Tú eres mi esperanza, oh Señor mío,  
desde mi juventud en Ti confío.

Desde el materno seno  
me apoyo en Ti, Dios bueno;

y desde que la luz primera vi  
me protegiste y esperé yo en Ti.

Parezco a muchos prodigioso ser,  
pues me ayudaste Tú con tu poder.

Llena está de tu loa mi garganta,  
pues todo el día a tu grandeza canta.

Cuando me vuelva viejo y desvalido,  
oh buen Señor, no me echés en olvido;

y al faltarme el vigor, débil y anciano,  
Dios mío, no me dejes de tu mano.

Hablan mis enemigos contra mí,  
miran, complotan, van diciendo así:  
"El Señor le abandona y le rechaza;  
seguidle, pues; vamos a darle caza;

“ése es presa segura;  
nadie le librará de la captura”.

Oh Señor, no te vayas de mi lado  
no estés tan alejado.

Date prisa, oh Dios mío;  
venga a ayudarme ya tu poderío.

Oh Padre, oh Hijo, oh Espíritu, almo Dios,  
gloria y adoración ríndase a Vos.

Cual es, cual fué, cual lo será también  
por siglos de los siglos, siempre. Amén.

#### SALMO 70

(Continuación.)

Desmayo y confusión den buena cuenta  
del que a mi vida atenta.

Llénese de sonrojo y de despecho  
quien verme ansía en la aflicción maltrecho;

Siempre en Ti he de esperar, y cada día  
crecer debe en vigor la loa mía.

A ensalzar tus justicias con mi boca  
y tus auxilios, la jornada es poca;

porque en verdad confieso  
que no expresan su medida y peso.

Narraré tu poder, oh Omnipotente,  
cantaré tu justicia solamente.

Desde joven, Señor, tu alumno soy,  
y anuncio tus portentos hasta hoy.

Y hasta en mis días últimos, yo anciano,  
oh Señor, no me dejes de tu mano.

Y oirán de mí tu brazo y tu poder  
los de mañana y hoy cual los de ayer.

Y tu justicia que los cielos toca,  
la cantará mi boca.

Grandes cosas por ella obró tu mano:  
¿Quién es igual a Ti, Dios soberano?

Impusíste me gran tribulación:  
mis cruces muchas y terribles son.

Mas sé que vida nueva a darme vas,  
que otra vez del abismo me alzarás.

    Mi dignidad aumenta  
consuélame otra vez tras la tormenta.

Y a acordes de salterio por mi parte,  
por tu felicidad he de cantarte.

Y tañeré mi cítara al Dios fiel,  
el Santo de Israel.

Y exultarán mis labios de alegría  
entonando en tu honor su melodía.

    Vibrará mi alma al par,  
la que Tú te dignaste rescatar.

Todo el día mi lengua, oh Dios Señor,  
narrará tu justicia tan cabal,  
que quedan confundidos con rubor  
los que quieren mal.

Oh Padre, oh Hijo, oh Espíritu, almo Dios,  
gloria y adoración ríndase a Vos.

Cual es, cual fué, cual lo será también,  
por siglos de los siglos, siempre. Amén.

### HIMNO

Antes que el sol llegue al final,  
rogámoste, Sumo Hacedor,  
que en tu clemencia paternal  
nos seas guía y protector.

Que de la noche a raya estén  
el sueño vil y la ilusión.  
Al enemigo Tú contén:  
guárdanos puro el corazón.

Dánoslo, Padre Creador;  
dánoslo, Verbo Substancial;  
dánoslo Tú, Divino Amor,  
único en tres, Dios Inmortal.

TODOS.—Amén.

LECTOR.—Tú, oh Señor, habitas en medio de nosotros, y tu nombre es por nosotros invocado; no nos abandones, oh Señor, Dios nuestro. (Jerem, 14, 9.)

TODOS.—Gracias sean dadas a Dios.

## RESPONSORIO

LECTOR.—En tus manos, oh Señor, mi espíritu encomiendo.

TODOS.—En tus manos, oh Señor, mi espíritu encomiendo.

LECTOR.—Redimístenos, oh Señor, Dios de Verdad.

TODOS.—Mi espíritu encomiendo.

LECTOR.—Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

TODOS.—En tus manos, oh Señor, mi espíritu encomiendo.

LECTOR.—Guárdanos, oh Señor, como a la pupila de tus ojos.

TODOS.—Bajo la sombra de tus alas protégenos.

## CÁNTICO DE SIMEÓN

(Luc., 2, 29-32.)

- LECTOR. Puedes dejar partir a tu criado  
ya en paz, Señor, según lo has anunciado;
- TODOS. pues que mis ojos contemplaron ya  
la salvación que tu merced nos da.
- LECTOR. Salvación que tu mano dispusiera  
ante los pueblos de la tierra entera;
- TODOS. que es luz para enseñanza del infiel  
y gloria de tu pueblo de Israel.
- LECTOR. Oh Padre, oh Hijo, oh Espíritu, almo Dios,  
gloria y adoración ríndase a Vos.
- TODOS. Cual es, cual fué, cual lo será también  
por siglos de los siglos, siempre. Amén.

LECTOR.—Sálvanos, Señor, cuando velamos.

TODOS.—Guárdanos mientras dormimos para que velemos con Cristo y descansenos en paz.

LECTOR.—El Señor sea con vosotros.

TODOS.—Y con tu espíritu.

LECTOR.—Bendigamos al Señor.

TODOS.—Gracias sean dadas a Dios.

LECTOR.—

### OREMOS

Visita, te rogamos, oh Señor, esta morada, y aparta lejos de ella todas las asechanzas del enemigo; habiten en ella tus santos ángeles, que en la paz nos guarden; y tu bendición sea siempre con nosotros. Por Cristo, Nuestro Señor.

TODOS.—Amén.

LECTOR.—El Señor sea con vosotros.

TODOS.—Y con tu espíritu.

LECTOR.—*Bendición.* Bendíganos y guárdenos el omnipotente y misericordioso Señor, Padre, Hijo y Espíritu Santo.

TODOS.—Amén.

(*Se canta la "Salve"*, pág. 106.)

## **22. REGLAS PARA APRENDER A MEDITAR**

Uno de los frutos de los Ejercicios debe ser el aprender a meditar y el propósito de hacer todos los días un poco de meditación.

**PREPARACIÓN REMOTA:** Conseguir el recogimiento, frenando los sentidos y evitando la disipación de la memoria, imaginación y pensamientos.

**PREPARACIÓN PRÓXIMA:** Leer el asunto de la meditación (en Ejercicios oír al predicador). Si la meditación se hace al levantarse por la mañana es muy útil leerla la noche anterior y pensar en ella antes de dormirse y al despertarse.

**PRESENCIA DE DIOS:** Consiste en excitar en ti el pensamiento de que Dios te ve, que te encuentras en su presencia y quiere hablarte. Si estás en la iglesia puede bastarte el fijar tu atención en el Sagrario. En tu cuarto, puedes poner delante el crucifijo, una imagen de la Virgen, etc....

**ORACIÓN PREPARATORIA:** Adorar a Dios, pedirle perdón de los pecados cometidos, pedirle su gracia

para hacer bien la meditación, poniendo por intercesores a tus santos protectores.

**PETICIÓN CONCRETA:** Toda meditación tiende a conseguir un fin propio y determinado: es el fruto general que debes tener presente durante toda la meditación y ~~por~~ <sup>pedir</sup> ahora con insistencia y humildad.

#### **EJERCICIO DE LAS TRES POTENCIAS:**

a) *Ejercicio de la memoria.* Responde a la pregunta: ¿Qué voy a meditar? Se actúa recordando lo leído u oído o fijándose en lo que se está leyendo.

b) *Ejercicio del entendimiento.* Responde a la pregunta: Si esto es verdad, ¿qué debo yo hacer? Se actúa aplicando la verdad meditada a tu vida. Pregúntate lo que hiciste hasta ahora. Lo que es conveniente, útil y fácil que hagas en adelante. Pondera las ventajas o desventajas, hasta convencerte que pudiste hacer o dejar de hacer. Considera los obstáculos que se interponen, los medios que debías emplear. Considera y asimila la verdad hasta que entre en el campo de tus ideas concretas y vividas.

c) *Ejercicio de la voluntad.* Es la respuesta final: propongo hacer esto que he visto que debo hacer. Se trata de mover los afectos y propósitos de la voluntad. Suele ser una consecuencia del ejercicio anterior y el mejor regalo de la gracia divina. Es la parte más importante de la meditación. Nunca hay que terminar la meditación sin hacer al menos algún propósito.

d) *Ejercicio de los coloquios y súplicas.* A lo

largo de la meditación y sobre todo en los momentos de aridez y aburrimiento y en el momento de hacer los propósitos, dirígete al Señor y háblale con toda confianza y cariño, pidiéndole luz para ver, valor y gracia para formular y cumplir los propósitos.

El paso de uno a otro ejercicio suele hacerse insensiblemente y a veces se mezclan entre sí. Si encuentras algún punto que te mueve de manera especial, quédate saboreándolo y no te preocupes de lo demás.

#### FINAL DE LA MEDITACIÓN:

—Hacer algún propósito concreto para el mismo día o para el porvenir en general.

—Coloquio final, consistente en dar gracias por las luces que el Señor te ha comunicado y pedirle gracia para cumplir el propósito o propósitos hechos.

**ORACIÓN FINAL:** Oración y consagración a María Auxiliadora (u otra oración según se indica en el número 6).

## 23. OTRAS MANERAS DE MEDITAR

Si por cansancio, pesadez o aburrimiento te sientes incapaz de la forma antes indicada, puedes usar alguna de estas otras maneras que se ponen a continuación:

### I

Puesto en la presencia de Dios, recorre los mandamientos de la Ley de Dios, los pecados capitales, los sentidos corporales o potenciales del alma.

Examina cómo has observado cada mandamiento o cómo has usado de las facultades que Dios te ha dado.

Este examen puede hacerse también tomando como objeto las tentaciones, las inspiraciones, las virtudes, los defectos, las propias ocupaciones, etc...; o repasando alguno de los EXÁMENES PRÁCTICOS que se ponen en este mismo manual.

Al final, pide perdón a Dios, para enmendarte.

### II

Reza muy despacio una oración cualquiera que te guste o conmueva de manera especial; procura secundar los sentimientos que suscita en tu alma y haz

los propósitos consiguientes en orden a las circunstancias concretas de tu vida.

### III

Piensa en uno de los Novísimos, por ejemplo la muerte, el infierno, el juicio, como si realmente fueras el sujeto activo de las escenas que contemplas.

Lee un hecho de la infancia, de la pasión o vida gloriosa de Jesucristo, y figúrate que estás presente al mismo.

Deténte en los sentimientos que la contemplación de estas escenas suscita en tu alma y sentidos y procura hacer los propósitos correspondientes.

### IV

Lee un libro espiritual, por ejemplo, el *Evangelio*, la *Imitación de Cristo*, *Camino*, etc.... Reflexiona sobre la doctrina expuesta, procurando aplicarla a las circunstancias de tu vida.

### V

Habla directamente con el Señor, con sencillez y naturalidad, como hablaría un hijo a su padre o un amigo con su amigo. Pídele alguna gracia, pídele perdón, comunícale tus penas, tus alegrías, tus planes y proyectos, pídele consejo. Un modelo de esta oración lo tienes en *Quince minutos en compañía de Jesús Sacramentado*, pág. 216.

## 24. EXAMEN PARA LOS DÍAS DE EJERCICIOS

1. ¿He ofendido a Dios con pensamientos, palabras y obras?
2. ¿He guardado el silencio en los tiempos y lugares debidos?
3. ¿He sido puntual a todos los actos de los Ejercicios?
4. ¿Estoy recogido o pienso en cosas ajenas a los Ejercicios?
5. ¿He sido causa de que otros se distraigan o disipen por mi culpa?
6. ¿Estoy atento a las meditaciones y pláticas?
7. ¿Continúo meditando por mi cuenta sobre la materia oída, aplicándola a mi vida?
8. ¿He tomado alguna nota de lo oído?
9. ¿Tomo nota de las aspiraciones y de los propósitos?

10. ¿Estoy atento a la lectura del comedor?
11. ¿He rezado bien, despacio, con entusiasmo y devoción las oraciones vocales?
12. ¿He hecho en particular alguna visita al Santísimo Sacramento?
13. ¿He pedido a Dios que me ayude a hacer bien estos Ejercicios?
14. ¿Qué he hecho en los tiempos libres? ¿Me he dedicado sólo a leer?
15. ¿Me he dejado llevar del cansancio, de la tristeza o del aburrimiento?
16. ¿He ido a hablar con el Director? ¿Le he expuesto mi estado de ánimo y mis impresiones y dificultades, mis dudas y preocupaciones, mis deseos y propósitos?
17. ¿Estoy satisfecho de lo que he trabajado hoy por ordenar mi vida y acercarme a Dios?

## 25. EXAMEN DE LOS MANDAMIENTOS

### PRIMER MANDAMIENTO

*Amar a Dios sobre todas las cosas.*

1. ¿Sabes lo necesario para salvarte y cumplir con tu deber?
2. ¿Crees todo lo que enseña la Iglesia Católica?
3. ¿Has pecado: sosteniendo ideas contrarias a ella (sobre el infierno, el Papa, la confesión, la libertad de cultos...);
4. consintiendo en dudas contra la fe o negando sus verdades;
5. leyendo libros contra la religión;
6. creyendo en supersticiones, adivinatoras, espiritistas?
7. ¿Rezas todos los días al levantarte y al acostarte? ¿Rezas mal, de prisa y por rutina?
8. ¿Te has desesperado o has hablado contra la Providencia?
9. ¿Has criticado del Papa, de los obispos o sacerdotes?
10. ¿Te has confesado y has comulgado bien por lo menos una vez al año?
11. ¿Has cometido sacrilegios: callándote pecados mortales en la confesión a sabiendas y por vergüenza;
12. comulgando en pecado mortal o sin estar en ayunas;
13. recibiendo en pecado mortal algún otro sacramento (*Confirmación, Matrimonio...*);
14. profanando el templo, los objetos o las personas consagradas a Dios?

15. ¿Has abusado de la bondad de Dios pensando: ya me confesaré?
16. ¿Te has avergonzado de ser católico: no atreviéndote a proceder como tal ante los demás;
17. no queriendo mostrarte piadoso por respeto humano;
18. dejándote arrastrar al mal por cobardía?
19. ¿Pertenece a sociedades prohibidas? (*Comunismo, masonería, etc.*)

#### SEGUNDO MANDAMIENTO

*No jurar su santo nombre en vano*

1. ¿Has jurado con mentira o con duda? ¿Cuántas veces?
2. ¿Has jurado vengarte? No te obliga y no debes cumplirlo.
3. ¿Has jurado sin necesidad o por mala costumbre?
4. ¿Has dicho blasfemias? (*Contra Dios, la Hostia, la Virgen, los Santos o las cosas sagradas.*)
5. ¿Has dicho palabras irreverentes, chistes irreligiosos?
6. ¿Has dejado de cumplir, pudiendo, algún voto que hiciste o alguna promesa grave?
7. ¿Has maldecido contra el Cielo o echado imprecaciones?

#### TERCER MANDAMIENTO

*Santificar las fiestas*

1. ¿Has dejado la Misa por tu culpa en domingo o en día de fiesta?
2. ¿Has llegado a ella después del Credo o te has marchado antes de la Comunión?
3. ¿Te has distraído en Misa voluntariamente y has distraído también a los demás?
4. ¿Has impedido a otros el oír Misa?
5. ¿Gastas todo el día de fiesta en diversiones?

6. ¿Has trabajado en días de fiesta, en trabajos serviles, más de dos o tres horas sin necesidad?

7. ¿Has trabajado por poco tiempo, pero sin razón suficiente?

8. ¿Has hecho trabajar a otros?

#### CUARTO MANDAMIENTO

##### *Honrar padre y madre*

#### I. HIJOS:

1. ¿Has desobedecido a tus padres en cosas justas?

2. no trabajando o no estudiando cuándo y cómo te lo mandaban,

3. llegando tarde a tus obligaciones,

4. andando con malos compañeros,

5. no apartándote de espectáculos y diversiones malas,

6. no retirándote por la noche a la hora debida,

7. no siguiendo sus consejos en lo referente a tu matrimonio,

8. no cumpliendo su testamento y última voluntad?

9. ¿Los has tratado con dureza y sin respeto, de palabra y de obra? (*Insultar, amenazar, maltratar...*)

10. ¿Has hecho llorar a tu madre?

11. ¿Te has avergonzado de tus padres ante los demás?

12. ¿Los socorres en sus necesidades?

13. ¿Les ocultas parte de lo que ganas?

14. COMO SÚBDITO: ¿Has obedecido y respetado a tus superiores? (*Profesores, jefes, amos, abuelos, etc.*)

15. ¿Has trabajado todo lo que debías?

16. ¿Has sido cómplice o encubridor de pecados de los amos?

17. ¿Eres fiel a ellos o has descubierto sus secretos y has contado chismes?

#### II. PADRES:

18. ¿Procuras educar cristianamente a tus hijos:

19. enseñándoles la doctrina cristiana,

20. dándoles ejemplo de buenas costumbres,  
21. corrigiéndolos y castigándolos cuando lo merecen,  
22. vigilando para saber: a dónde van, con quiénes se juntan, qué leen y qué hacen, qué espectáculos y diversiones frecuentan,

23. preocupándote de que frecuenten los Sacramentos, lleven vida de piedad, se preparen un porvenir?

24. ¿Te opones a la elección de estado de tus hijos? (*Negándoles el permiso para entrar en religión o para casarse.*)

25. ¿Los mimas demasiado y les concedes excesiva libertad e independencia?

26. ¿Respecto a tus hijas: dejas que vistan mal?

27. ¿Les permites ir solas con otros?

28. ¿Les dejas tomar parte en diversiones malas? (*Bailes, cines...*)

29. ¿Sabes los peligros que corren? (*Al ir a servir a una ciudad, durante el noviazgo, en la vida de universidad...*)

30. COMO SUPERIOR: ¿Vigilas por el cumplimiento de las leyes? (*Salario justo, leyes sociales, obligaciones religiosas...*)

31. ¿Tratas a tus subordinados con soberbia?

32. ¿Los tratas con injusticia? (*En el repartir favores y cargas, atendiendo a recomendaciones, postergando los negocios de los pobres, mandando cosas injustas...*)

33. ¿Has cumplido todas tus obligaciones con exactitud? (*Como gobernador, alcalde, secretario, gerente, consejero, tutor, administrador...*)

34. ¿Evitas con entereza escándalos, robos, sobornos, venganzas, abusos, descuidos? ¿O los toleras con debilidad?

35. ¿Te preocupas con caridad cristiana del bien de tus súbditos? (*Evitar su perversión moral, procurar que cumplan sus deberes religiosos: Misa, confesión, etc.*).

### III. ESPOSOS:

36. ¿Has maltratado a tu consorte de palabra o de obra?

37. ¿Le has guardado la fidelidad que prometiste ante el altar?

38. ¿Has conservado la paz y la buena armonía, aún cediendo de tu derecho? ¿Le has dado algún disgusto grave?
39. ¿Le has desautorizado delante de los hijos?
40. ¿Le has desobedecido en cosas graves?
41. ¿Has pasado varios días sin hablarle disgustado?
42. ¿Le entregas el dinero necesario para la marcha de la casa? ¿O malgastas en vicios y vanidades?
43. ¿Has impedido la obra de Dios en el matrimonio?
44. ¿Te has ausentado mucho tiempo sin su consentimiento?

#### IV. HERMANOS:

45. ¿Tienes odio o aversión a tus hermanos?
46. ¿Has reñido con ellos seriamente?
47. ¿Has estado varios días sin hablarles?
48. ¿Has encubierto sus faltas a tus padres?

#### QUINTO MANDAMIENTO

##### *No matar.*

1. ¿Has matado, herido o maltratado gravemente a otros?
2. ¿Has desafiado o aceptado desafíos o intervenido en ellos?
3. ¿Has insultado o dañado de palabra a otros?
4. ¿Tienes odio, rencor o aversión a alguna persona?
5. ¿Perdonas al que te ofendió y pides perdón si tú ofendiste?
6. ¿Has deseado mal al prójimo o te has alegrado de la desgracia ajena?
7. ¿Has dicho a tu prójimo injurias o maldiciones?
8. ¿Tienes envidia o deseo de venganza?
9. ¿Has hecho algo contra tu propia vida o salud?
10. ¿Has abusado de la bebida hasta perder la razón?
11. ¿Te has deseado a ti mismo la muerte?
12. ¿Has pecado en lo referente al aborto?

13. ¿Has escandalizado a otros:
14. induciendo o enseñando a pecar: con malos ejemplos, conversaciones, libros, modo de vestir, posturas, diversiones...,
15. induciendo a otros a jurar en falso,
16. impidiéndoles asistir a Misa los domingos,
17. o dando ocasión o teniendo la culpa de que otros blasfemen?
18. ¿Has hecho lo que estaba en tu mano para corregir y evitar los escándalos ajenos? (*Por ejemplo, al oír a blasfemos.*)
19. ¿Te has burlado de otros o los has ridiculizado o criticado?
20. ¿Remedias a los necesitados con tu caridad y tus limosnas?

#### SEXTO Y NOVENO MANDAMIENTO

*No fornicar. No desear la mujer de tu prójimo.*

Examina ordenadamente los pensamientos, deseos, conversaciones, miradas, lecturas y obras:

1. ¿Has consentido los pensamientos impuros, entreteniéndote advertidamente en ellos? ¿Cuántas veces?
2. ¿Has deseado cometer acciones impuras? ¿Solo o con otros? ¿Cuántas veces?
3. ¿Has sostenido conversaciones indecentes? (*Cuentos, chistes o cantares obscenos...*) ¿Cuántas veces?
4. ¿Has mirado con mirada lujuriosa? (*Objetos obscenos, imágenes, revistas, dibujos, películas...*) ¿Cuántas veces?
5. ¿Has leído algo deshonesto, pornográfico o peligroso?
6. ¿Has hecho algún acto impuro: solo, acompañado, de distinto sexo, de qué estado, pariente? ¿Cuántas veces?
7. ¿Te pones voluntariamente en peligro u ocasión próxima de pecar? (*Ciertos bailes, espectáculos, personas, sitios, cines, novelas...*)
8. ¿Si vas hacia el matrimonio, cómo son tus relaciones: santas, puras, dignas, frívolas, peligrosas, por pasatiempo, con libertades, criminales?

9. Si vives en el matrimonio, ¿has abusado de él? ¿Cuántas veces?

10. ¿Luchas contra la fuerza de la pasión? ¿Procuras resistir a la tentación? ¿Acudes en ellas a Dios y a la Santísima Virgen?

11. No olvides que únicamente por inadvertencia o por falta de consentimiento pleno dejará de haber pecado mortal en la materia directa de este mandamiento.

Las dudas en esta materia se deben consultar en particular con el confesor.

### SÉPTIMO Y DÉCIMO MANDAMIENTO

*No hurtar. No codiciar los bienes ajenos.*

1. ¿Has robado algo ajeno en materia grave?

2. ¿Has perjudicado gravemente a otros en sus bienes? (*En su negocio, comercio, clientela, fortuna, hacienda...*)

3. ¿Has comprado o vendido con engaño? (*En el peso, cantidad, calidad, medida, precio...*)

4. ¿Pagas lo justo (*salarios, deudas, precios...*), cobras lo justo por tu trabajo (*sueldo, ventas, negocios, préstamos...*)?

5. ¿Has restituído, pudiendo, lo robado?

6. ¿Has resarcido, pudiendo, el grave daño hecho?

7. ¿Has comprado a sabiendas lo robado?

8. ¿Has jugado cantidades grandes o que no son tuyas?

9. ¿Has hecho trampas en el juego por ganar?

10. ¿Has pasado billetes falsos?

11. ¿Has sisado en las compras?

12. ¿Derrochas el dinero en lujos y caprichos?

13. ¿Te has dejado sobornar? ¿Aceptas dinero de negociantes o litigantes?

14. Retienes el dinero ajeno? (*De legados, limosnas, pagos, jornales de obreros...*)

15. ¿Has cooperado de alguna manera en los robos ajenos? (*Encubriéndolos, aconsejando, ayudando, participando, no impidiendo...*)

16. ¿Sientes codicia excesiva, envidias a los ricos y te quejas de Dios porque no te da más riquezas?

17. ¿Has deseado robar al prójimo o perjudicarlo en sus bienes?

18. ¿Has tramado algo para apoderarte de lo ajeno?

19. ¿Tratas de enriquecerte aprovechándote de la escasez o de la necesidad del prójimo?

20. ¿Cumples con la justicia social según tu posición?

21. ¿Das limosnas proporcionadas a tus ingresos?

### OCTAVO MANDAMIENTO

*No levantar falsos testimonios ni mentir.*

1. ¿Has mentido con perjuicio grave para el prójimo?

2. ¿Has murmurado? ¿De cosas de importancia? ¿También de dignidades eclesiásticas, autoridades políticas, superiores, etc.?

3. ¿Has oído murmurar con gusto?

4. ¿Has defendido la fama del prójimo, pudiendo?

5. ¿Has descubierto, sin causa, faltas graves, aunque fueran verdaderas de los otros?

6. ¿Has levantado falso testimonio o calumniado?

7. ¿Has juzgado mal del prójimo sin suficiente motivo?

8. ¿Has revelado o descubierto secretos de importancia?

9. ¿Has leído cartas ajenas, sabiendo que lo llevarían a mal?

10. ¿Has querido enterarte de secretos, escuchando o de otro modo?

11. ¿Has traído cuentos o chismes de unos a otros?

12. ¿Has exagerado los defectos ajenos?

13. ¿Has difamado o ridiculizado al prójimo? (*De palabra, por escrito, por insinuaciones, infundiendo sospechas...*)

14. ¿Has restituido la fama, pudiendo?

15. ¿Has permitido murmurar cuando tenías obligación de impedirlo?

16. ¿Has actuado de testigo falso?



**Lo primero que se le aconsejó para llegar a ser santo fué que trabajase en ganar almas para Dios.**

(SAN JUAN BOSCO DE SU ALUMNO PREDILECTO SANTO DOMINGO SAVIO.)

## MANDAMIENTOS DE LA IGLESIA

1.º *Oír Misa entera todos los domingos y fiestas de guardar:*

¿Has dejado esos días de oír Misa sin causa suficiente?

2.º *Confesar a lo menos una vez al año, o antes si hay peligro de muerte, o si se ha de comulgar:*

¿Te has confesado bien por lo menos una vez al año? ¿Y antes de comulgar si tenías pecado mortal? ¿Y en peligro de muerte?

3.º *Comulgar por Pascua florida:*

¿Cumpliste con Pascua todos los años comulgando bien a su tiempo? ¿Y si no, entonces comulgaste lo antes posible?

4.º *Ayunar cuando lo manda la Santa Madre Iglesia:*

¿Has ayunado los días señalados, pudiendo y no estando excusado?

¿Has guardado las vigiliass o abstinencias pudiendo?

¿Has descuidado el tomar la Bula no siendo pobre?

5.º *Pagar diezmos y primicias a la Iglesia de Dios:*

Es decir, atender a las necesidades de la Iglesia, contribuyendo según las leyes y laudable costumbre de cada región. (Canon 1.502.)

¿Has dado para el culto lo que se acostumbra?

¿Eres generoso en sostener las obras buenas, de apostolado, Misiones, etc...?

## 26. PECADOS CAPITALES

### SOBERBIA:

¿Te dejas dominar de ella y fomentar sentimientos de vanidad y de orgullo? ¿Has saboreado deliberadamente los aplausos y alabanzas y has buscado eso con desorden? ¿Te envanece por el puesto que ocupas?

### AVARICIA:

¿Piensas sólo en los bienes de este mundo? ¿Sientes un ansia excesiva de enriquecerte por codicia? ¿Tienes demasiado apego al dinero?

### LUJURIA:

¿Buscas con afán o por sistema los refinamientos, placeres y comilonas? ¿Eres blando en tus costumbres, dejándote llevar de la carne en tus diversiones? ¿Abusas de la vida de bar, cine, baile?

### IRA:

¿Te dejas llevar del genio y te enfadas con facilidad? ¿Soportas con paciencia las adversidades y molestias de los demás?, ¿y todo lo que te contraría?

## GULA:

¿Procuras guardar orden y la debida moderación en el comer y en el beber? ¿Te dejas llevar de la bebida fácilmente? ¿Eres sensual y refinado con exceso?

## ENVIDIA:

¿Te domina la envidia y llevas a mal el que otros tengan más o sean mejores o más felices que tú? ¿Tienes anchura de corazón para saber alegrarte del bien ajeno como del propio?

## PEREZA:

¿Has sido negligente y comodón en tus obligaciones? ¿Malgastas el tiempo en la ociosidad? ¿Te dejas llevar de la pereza: al levantarte, en el trabajo, en tus descansos?

## 27. OBLIGACIONES PARTICULARES

### I. MAESTROS, CATEDRÁTICOS, PROFESORES:

1. ¿Dedicas a la enseñanza todo el tiempo debido en justicia y empiezas tus clases con exacta puntualidad?
2. ¿Preparas las clases y pones al enseñar el cuidado conveniente?
3. ¿Sobrenaturalizas tu profesión con idea clara de tu apostolado sobre las almas de los niños?
4. ¿Tienes conciencia de tu responsabilidad y de la trascendencia de tu misión en la sociedad?
5. ¿Oras por tus niños, pides al Señor que haga fecunda tu enseñanza?
6. ¿Has concedido a la instrucción y a la formación religiosa toda la importancia que merecen?
7. ¿Les enseñas prácticamente y con tu propio ejemplo lo que es la vida de piedad? (*Manera de rezar, presencia del crucifijo, devoción a la Virgen...*)
8. ¿Vigilas convenientemente a tus alumnos? (*Clase, recreos, peligros morales, compañeros...*)
9. ¿Sostienes en la clase la grata disciplina y el orden conveniente? ¿Eres demasiado severo o excesivamente suave?
10. ¿Mantienes un ambiente de cordialidad haciéndote respetar y querer?
11. ¿Reprendes o castigas con excesivo rigor?
12. ¿Tienes preferencias injustas y deprimes a otros con burlas o ironías.
13. ¿Das las notas y calificaciones con toda justicia?
14. ¿Atiendes más a ilustrar las inteligencias que a formar los corazones?

15. ¿Educas la voluntad y los preparas para la vida?
16. ¿Consientes en enseñar los errores doctrinales de ciertos autores?
17. ¿Has sido independiente en tus criterios sin someterte plenamente al Magisterio de la Iglesia?
18. ¿Has prescindido de ese Magisterio en tus lecturas, sin pedir permiso para leer libros prohibidos?

## II. PATRONOS:

1. ¿Tratas con caridad cristiana a tus obreros?
2. ¿Los tratas como a esclavos o como a hermanos?
3. ¿Les dejas tiempo conveniente para cumplir sus deberes religiosos?
4. ¿Haces algo por el bien espiritual de tus obreros?
5. ¿Les das el salario justo y conveniente?
6. ¿Tienes en cuenta las normas de los Papas en la organización de tu empresa?
7. ¿Guardas con tus subordinados las leyes del Estado, las de la justicia y de la caridad cristiana?
8. ¿Evitas cuanto puedes su perversión moral y los peligros de su alma?
9. ¿Tienes un cuidado especial por la formación cristiana y por la preservación de los aprendices?
10. ¿Te das cuenta del estado de tu fábrica desde el punto de vista moral? ¿Conoces las condiciones de trabajo de las obreras?
11. ¿Abusas de tu posición, de la situación precaria del personal, de tu ascendiente sobre tus subalternos?
12. ¿Tienes rectamente formada la conciencia profesional?
13. ¿Te preocupa la moral en los negocios o prescindes por completo del aspecto moralidad?
14. ¿Haces lo posible por mantenerte dentro de los justos límites al realizar los beneficios o te aprovechas de las circunstancias sin poner freno a la codicia?
15. ¿Cumples con la justicia social, cooperando al remedio de las terribles circunstancias?

16. ¿Derrochas criminalmente en lujo y ostentación?
17. ¿Dedicas algún tiempo del día a tus deberes familiares o te dejas absorber por completo por tus negocios?
18. ¿Guardas equidad en el reparto de cargos y provechos entre los encargados, empleados y obreros?
19. ¿Has permitido que se arreglen las cosas a capricho de los caciques que quieren aprovecharse?
20. ¿Das a tus obreros ejemplo de patrono católico por tu piedad y moralidad?

### III. OBREROS:

1. ¿Te hallas habitualmente bien dispuesto respecto de tus amos? ¿Los miras sin adversión y sin odios?
2. ¿Cumples fielmente con tu obligación de trabajar el tiempo debido?
3. ¿Eres diligente en el trabajo y cuidas diligentemente de las cosas de tus amos?
4. ¿Les haces daño en sus bienes con mala intención?
5. ¿Impides sin derecho que trabaje el que quiere?
6. ¿Fomentas la rebelión y la protesta sin justicia y sin razón?
7. ¿Eres cobarde ante la risa y opiniones erróneas de tus compañeros?
8. ¿Sabes santificar tu trabajo como obrero católico, tomándolo como voluntad de Dios?
9. ¿Sabes ser apóstol de tus compañeros con sano proselitismo y afán de conquista?
10. ¿Defiendes la honra de Dios sin dejarte llevar de miedo alguno?
11. ¿Rezas todos los días tus devociones?
12. ¿Cuáles son tus posturas en el templo?

### IV. JEFES Y OFICIALES:

1. ¿Procuras tratar bien a tus soldados?
2. ¿Eres fiel en el exacto cumplimiento de todas tus obligaciones profesionales?

3. ¿Haces lo posible por evitar la perversión de los recién incorporados a la milicia?

4. ¿Ejerces una saludable influencia y una discreta vigilancia sobre tus subalternos?

5. ¿Eres suficientemente enérgico en cortar con mano fuerte los abusos y castigas según lo merezcan las transgresiones?

6. ¿Te contentas sólo con el cumplimiento externo y mecánico de las ordenanzas militares o atiendes también a influir sobre el espíritu que anima al personal?

7. ¿Procuras evitar los atropellos y blasfemias, las malas conversaciones y los malos ejemplos?

8. ¿Das facilidades a tus soldados para cumplir convenientemente sus deberes religiosos: Misa dominical, Comunión pascual, instrucción catequística, etc.?

#### V. JUECES Y ABOGADOS:

1. ¿Posees la ciencia necesaria para el desempeño de tu cargo?

2. ¿Estudias los procesos a conciencia, con el detenimiento que merecen según su importancia?

3. ¿Estás persuadido de la responsabilidad de tu cargo y de su función social?

4. ¿Has sido precipitado en tu manera de opinar o de sentenciar? ¿Te has dado cuenta de las funestas consecuencias que tu proceder ha podido acarrear a otros?

5. ¿Eres justo e imparcial en la apreciación de las causas y de las pruebas?

6. ¿Has dado a sabiendas sentencia injusta o defendido una causa injusta?

7. ¿Aceptas regalos que comprometen tu fidelidad a la justicia y a la ley?

8. ¿Has violado el secreto o empleado en tu favor la mentira u otros procedimientos ilícitos?

9. ¿Difieres y complicas culpablemente los expedientes?

10. ¿Das injustamente preferencia a unas causas sobre otras, a unas personas sobre otras?

11. ¿Posees los conocimientos necesarios de moral profesional? ¿Tienes rectamente formada la conciencia con criterio netamente católico?

#### VI. MÉDICOS:

1. ¿Sabes lo bastante para el ejercicio de tu profesión?
2. ¿Pones la debida diligencia en atender a tus enfermos?
3. ¿Tienes preferencias injustificadas? ¿Atiendes a los pobres menos que a los ricos?
4. ¿Tienes la caridad que exige tu influencia y usas de ella para el bien?
5. ¿Adviertes a los enfermos de su peligro de muerte para que se dispongan?
6. ¿Procuras aprovechar las muchas ocasiones de hacer bien que continuamente se te presentan?
7. ¿Usas de medicinas inciertas sólo para experimentarlas?
8. ¿Prescribes medicamentos y gastos inútiles?
9. ¿Has previsto las consecuencias que pueden seguirse de tus actos precipitados e imprudentes?
10. ¿Exiges honorarios excesivos, sobre todo a los pobres?
11. ¿Has cooperado a alguna acción criminal o inmoral?
12. ¿Consultas cuando se te presenta algún caso en que tienes duda desde el punto de vista moral?
13. ¿Posees un conocimiento adecuado de la deontología médica?

#### VII. ESTUDIANTES:

1. ¿Te dedicas con seriedad y constancia al estudio?
2. ¿Te das cuenta de la obligación que tienes de estudiar y que no puedes faltar impunemente a ella?
3. ¿Consagras al estudio todo el tiempo señalado?
4. ¿Has sido tú por tu pereza en el estudiar, la causa de haber perdido un curso con el gasto consiguiente originado para tu familia?

5. ¿Te das cuenta de la importancia que tiene a tu edad el adquirir hábitos de trabajo y de estudio?

6. ¿Aprecias como se debe la aplicación al estudio como un favor de primer orden para formar tu carácter, para dar solidez a tu vida espiritual y para preparar tu porvenir?

7. ¿Abusas de la libertad que te ofrece tu vida de universitario y el estar fuera de la familia?

8. ¿Gastas con exceso y en cosas inútiles?

9. ¿Sabes moderar tus caprichos en beber, divertirse y tratar con chicas?

10. ¿Procuras que tu formación espiritual esté al nivel de tu cultura universitaria?

11. ¿Eres piadoso, rezas tus devociones y frecuentas los Sacramentos con la regularidad necesaria?

12. ¿Tienes director espiritual que resuelva tus dudas y te oriente en tus dificultades?

13. ¿Te sabes preservar de las influencias nefastas de profesores, de libros o de compañeros?

14. ¿Procuras hacer el bien entre tus compañeros sin avergonzarte de pensar en católico?

## 28. ACTO DE CONTRICIÓN

Leer despacio y con el mayor sentimiento antes de la confesión.

Señor y Dios mío:

—porque he manchado mi juventud y mi alma con el pecado, degradándome;

—porque he renunciado a mi razón y a tu ley, olvidando que soy hombre y criatura tuya en tus manos;

—porque me he jugado la eternidad y me he expuesto a tus castigos paternos en esta vida y tras la muerte;

—porque quise condenarme y renuncié al reino de los cielos, a la dignidad de hijo de Dios, a la gracia que me diviniza, a tus dones y regalos, a tu paz, prefiriendo la carne, la tierra, el orgullo...;

—porque olvidé tus beneficios, tu bondad de Padre para conmigo, los inmensos regalos y misericordias que desde que nací me hiciste y me haces...;

—porque olvidé la Sangre de tu Hijo Jesucristo, Señor y Hermano mío, que pagó con su muerte las miserias mías, que me amó más que nadie en el mundo, pues hizo por mí lo que nadie hizo: morir;

—a quien crucifico uno y otro día con mis caídas y debilidades;

—porque eres Tú, Señor y Dios mío, inmenso e infinito bien, digno de ser amado con todo el corazón y todo el pensamiento y todas las energías, por encima de todas las cosas; Tú, Supremo Bien mío, para quien exclusivamente fuí creado; Tú, mi Dios y mi Señor único;

—por todo ello, poniendo por intercesora a mi Madre la Virgen Santísima, de quien soy hijo, y prometiéndote, una vez más, no caer, morir antes que pecar, evitar los peligros y ocasiones, hacerme sangre en el alma para resistir y, en particular, prometiéndote enmendarme en... y poner los remedios eficaces;

—doliéndome con dolor viril y sincero, aunque mi corazón no lo sienta;

—doliéndome con la voluntad mía, pero con deseo de que el dolor se extienda a todo mi ser;

—te pido perdón como el hijo pródigo: “Padre, pecqué ante el Cielo y ante Ti”; quiero rectificar mi conducta pasada totalmente, radicalmente, y quisiera no haber hecho lo que hice y no hacerlo más.

—Padre: olvida mi miseria y cobardía. Acuérdate de tus misericordias, lávame ahora con tu gracia sacramental, salva mi juventud, que deseo sea limpia y viril a tu servicio.

—Tú no desprecias un corazón contrito. A Ti, Señor, vuelvo mi rostro; sálvame, Señor; alégame en el camino de los mandamientos e infunde constancia en mi juventud.

—En Ti, Señor, he esperado, no seré confundido. Por los siglos de los siglos. Amén.

## 29. EXAMEN PRÁCTICO

*Consiste en examinar bien nuestra vida, no precisamente como quien hace examen para la confesión, sino para ver, además de nuestros pecados, el desorden que hay en todas nuestras acciones.*

CRISTIANOS SIEMPRE Y EN TODO.

En los negocios y en política.

En la vida privada y en la vida pública.

En las ideas teóricas y en las obras prácticas.

En casa, en la iglesia y en la calle.

En el trabajo, en el descanso y en las diversiones.

En el comer, en el dormir y en todas mis acciones.

Cristianos mis ideales y cristiana mi concepción de la vida y mi criterio sobre el trabajo, las riquezas, el dolor y todas las realidades humanas.

Cristianos todos los actos que, como células, componen mi vida.

Cristiana mi inteligencia, y, sobre todo, cristiano mi corazón. Que el espíritu de Cristo empape mi vida toda; que sea "hombre de Cristo", revestido de Jesucristo.

Cristiano siempre: En la juventud y en la edad madura.

En la vida de familia y en la vida de sociedad.

Cristiano en vida y en muerte.

¿No podría ser mi vida más cristiana en todos sus actos, más conforme a la voluntad de Dios?

## EXAMEN DE TIEMPO.

Cada día: Hora fija para acostarme y hora fija para levantarme por la mañana.

Comienzo del día: Hora de empezar el trabajo (hechas las oraciones de la mañana) con puntualidad para hacerlo con exactitud.

Cada semana: Fiesta y modo de emplearla. Serie de actos semanales: Confesión, asociaciones, limosnas.

Cada mes: Ejercicio de la Buena Muerte: un día especial para mi conciencia y mi espíritu.

Cada año: Actos anuales: Vacaciones, Ejercicios en retiro, balance económico y espiritual del año...

¿Aprovecho bien mi tiempo o lo pierdo?

¿Soy avaro del tiempo (que es más que oro) o lo pierdo? (Conversaciones inútiles, ociosidad, languidez, disgregación de la atención, falta de plan de trabajo...)

¿Lleno mi vida o la dejo pasar vacía e inútil?

¿Es para mí el tiempo un capital negociable que Dios pone en mis manos?

## EXAMEN DE VIDA RELIGIOSA.

Instrucción religiosa: A nivel con mi cultura general y profana.

¿Conozco a fondo mi religión o he olvidado hasta el Catecismo?

¿Qué tiempo doy los domingos a la lectura de libros serios? (De formación, apologética, religiosos...)

¿Cómo guardo las fiestas? ¿Me contento sólo con la Misa pudiendo dedicar más tiempo a la piedad?

Oraciones de la mañana con el ofrecimiento de obras.

Misa y comunión diaria: ¿Con qué preparación y con qué fruto espiritual que se note durante el día?

Mis rezos: ¿Cómo los hago? ¿Por rutina, de prisa, con fervor, despacio, con esmero en rezar bien?

Meditación diaria. Rosario en familia. Visita al Santísimo. Actos de la Asociación.

Oraciones de la noche con el examen de conciencia.

Confesión frecuente, en día fijo, con el mismo confesor.

No demasiadas prácticas piadosas; pero sí sólidas y fundamentales.

¿Hago lo que puedo y debo o podría hacer mucho más para cultivar mi piedad y cumplir mis obligaciones religiosas?

#### EXAMEN DE LA VIDA FAMILIAR.

¿Cuál es mi afán de fomentar la vida de familia?

¿Tengo amor a la casa, apego a mi hogar?

¿Procuro hacer la vida agradable en casa a los demás?

¿Contribuyo a hacer mi hogar acogedor y grato?

¿Guardo mis mejores sonrisas y la flor de mi simpatía para dentro de casa?

¿Sé compartir de corazón las penas y las alegrías de los demás?

¿Sé tener pequeñas atenciones, adivinar deseos, dar gusto a todos, obsequiar con cariño?

¿Soy en mi casa ángel de paz o sembrador de discordia?

Ahora que, durante los Ejercicios, estoy ausente de mi familia, ¿cómo me echan de menos? ¿Cómo comentarán mis cosas? ¿Sentirán alivio o pena en mi ausencia?

¿Reina en mi familia la paz de Dios?

¿Están entronizados el Sagrado Corazón y María Auxiliadora para merecer sus bendiciones especiales?

#### EXAMEN DE LA PROFESIÓN.

Conciencia profesional: ¿Cómo la tengo formada y cómo actúa en el ejercicio de mi profesión?

Conducta profesional: En mi cargo, en mi empleo, en mi oficio.

¿Sé yo ver en mi trabajo la voluntad de Dios y lo tomo con espíritu cristiano y sobrenatural?

¿Trabajo a conciencia, de lleno, con entusiasmo?

¿Procuro sólo cumplir y llenar el expediente?

¿Sé buscar mi legítima satisfacción en el trabajo hecho con esmero y perfección?

¿Tengo amor al trabajo o lo considero como una desgracia?

¿Tengo conciencia clara de mis obligaciones?

¿Tengo desarrollado el sentido de responsabilidad?

¿Soy lento en el trabajo, remolón, flojo?

¿Abuso de mi cargo, de mi crédito, de mis ventajas?

¿Procuro hacer "cristiana" mi profesión? ¿Elevando mi trabajo a Dios por la intención y santificándolo por el esmero que pongo en hacerlo a conciencia?

#### EXAMEN DE MI CARÁCTER.

¿Aspiro a un ideal grande?

¿Qué es lo que deseo llegar a ser? (En la vida, en la profesión, en mi perfeccionamiento personal, en mi vida cristiana...)

¿Sé yo qué carácter tengo? ¿Me conozco?

¿Cómo soy y cómo me califico? (¿Enérgico o débil, valiente o cobarde, alegre o triste, entero o blando, constante o variable, optimista o pesimista, agradable o desagradable?)

¿Qué pensarán otros de mi carácter?

Tengo que educar mi carácter, formarlo, perfeccionarlo: Reflexionar antes de obrar, tomarme cuentas después de obrar, castigarme cuando obro mal, corregirme e ir siempre adelante en lo bueno.

Hacer examen *de previsión* por la mañana y repararlo por la noche.

#### EXAMEN DE MIS MORTIFICACIONES.

Sirven maravillosamente para forjar el carácter.

Son una gimnasia, un entrenamiento, un deporte moral.

En el cuerpo: ¿Cómo aguanto el frío, el calor, el cansancio, las molestias pequeñas? ¿Domino mis sentidos: la

vista, el oído (curiosidad)? ¿No podría practicar alguna penitencia conveniente?

En el entendimiento: ¿Soy terco de juicio o sé doblegarlo cuando debo?

En la imaginación: ¿La dejo fantasear o la domino con maña? ¿La excito con novelas y cines?

En la voluntad: ¿Sé sufrir contrariedad y aguantar? ¿Sé sonreír en la adversidad? ¿Me mantengo sereno en la desgracia?

En el corazón: ¿Freno mis vehemencias? Controló mis afectos: simpatías, manías, repugnancias, odios? ¿Vigilo mis ímpetus internos desconfiando del corazón ciego?

#### EXAMEN DE MI DINERO.

¿De dónde viene? (De ganancias justas o injustas, de fuente limpia o turbia...)

¿En qué se va? ¿Doy lo necesario para lo necesario? ¿Doy lo conveniente para lo conveniente?

¿Gasto excesivamente en lujos y placeres? ¿Doy convenientemente en limosnas y obras buenas?

¿Qué dinero dejaré a mis hijos? ¿Saneado o amasado con lágrimas y arrebatado a otros?

¿Me sobra demasiado capital? ¿No podría emplear mejor mi dinero: con más orden, más cristianamente, más santamente?

#### EXAMEN DE LOS BIENES.

Mi salud: ¿La cuido poco o demasiado? ¿Soy aprensivo? Tengo que reparar: Mis comidas, bebidas, vestido, sueño, habitación...

Mi alegría: ¿Soy sanamente alegre? ¿Doy la importancia debida a este ambiente interior alegre, claro, risueño? ¿Sé combatir y reaccionar contra la fatal tristeza engendradora del pesimismo derrotista?

Mi ciencia: ¿Cultivo mi inteligencia o la dejo atrofiada lamentablemente? ¿Aumenta el depósito de mis conocimientos?



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

tos o vivo sólo de rentas? ¿Me anima la curiosidad científica o me domina la simple curiosidad?

¿Soy pedante o atrevido?

Mi fama: ¿Procuro merecer la buena fama con medios legítimos? ¿Soy ambicioso? ¿Me despreocupo con exceso de la opinión de los demás o soy su esclavo?

Estos bienes míos y otros: ¿Cómo los empleo? ¿Ordenadamente, según la voluntad de Dios? ¿No los podría utilizar de manera más útil y más virtuosa?

¿Cómo los podría ampliar?

¿Cómo los podría santificar?

¿Pienso en la cuenta que de todo ello he de dar a Dios?

#### EXAMEN DE LAS VIRTUDES.

¿Qué cosas buenas tengo?

¿Me reconozco algunas virtudes?

¿Me doy cuenta de las que me son necesarias?

¿Cuáles son las que podría tener y no tengo?

Mi fe: ¿Es viva, apagada, muerta? ¿Instruída o ignorante? ¿Teórica o aplicada a toda mi vida?

Mi esperanza, mi ilusión, mis ilusiones, ¿están todas en esta vida o en la otra?

Mi caridad: ¿Puedo decir con verdad que amo a Dios?

¿Sólo cuando me salen bien las cosas? ¿Me ejercito en actos de amor de Dios?

Mi caridad con el prójimo: ¿Le amo como a mí mismo?

¿Gozo haciendo el bien? ¿Me sacrifico por los demás?

¿Me gusta hacer favores o soy egoísta, interesado, replegado sobre mí mismo?

¿Tengo *prudencia*? ¿Procedo con reflexión, con calma, con ponderación o con demasiada prudencia?

¿Tengo *justicia*? ¿Doy a cada uno lo suyo? ¿Con rectitud, sin favoritismo, sin adulación?

¿Tengo *fortaleza*? ¿Soy ancho de corazón para comprender, valiente al empezar, magnánimo para ejecutar, constante para perseverar, entero para no cejar, tenaz para terminar? ¿O lo soy con exceso?

¿Tengo *templanza*? ¿Guardo moderación en las diversiones, *templanza* en los placeres?

¿Soy bondadoso, humilde, generoso, ecuánime?

#### EXAMEN DE MIS VICIOS.

¿Cuál es el vicio que predomina en mí?

¿Qué costumbre mala tengo más arraigada?

¿Empiezo a tener algún vicio? Lo descuido o lo voy dejando crecer?

¿Qué medios pongo para desarraigarlos?

Los vicios principales son los siete pecados capitales. (Véase *pág.* 166.)

Los peores vicios son la impureza, el juego y la embriaguez.

Los más fundamentales, la soberbia y la pereza. Los más comprometidos, la codicia y la impureza.

Los más frecuentes...

Medios para no caer en el vicio o salir de él:

- La oración y frecuencia de sacramentos,
- la devoción a María Auxiliadora,
- la constancia en luchar y resistir,
- el trabajo y ocupación continua,
- el huir de las ocasiones peligrosas.

#### EXAMEN DE LOS PELIGROS.

¿Tengo yo algunos peligros especiales de pecar?

¿Son inevitables o son voluntarios? ¿Qué podría hacer para alejar de mí el peligro si no puedo yo alejarme de él?

¿Qué cautelas tomo? ¿Cómo me fortalezco contra las tentaciones?

¿Huyo cuanto puedo de la ocasión de pecar?

¿Procuro hacerme el pecado imposible por falta de oportunidad?

¿Tengo conciencia de mi obligación de evitar los peligros de pecar?

Tengo que examinar: mis compañías, mis diversiones, cines, teatros, otros espectáculos, bailes, excursiones, fiestas de sociedad, noviazgo, vida de bar...

En los peligros inevitables, cautela.

En los voluntarios, el remedio es la fuga.

#### EXAMEN DE MIS OMISIONES.

Omisiones culpables, de cosas obligatorias.

Omisiones inculpables, pero de obras buenas que podría haber hecho.

¿Qué ocasiones de hacer el bien tengo y dejo pasar?

¿Podría haber trabajado más, estudiando más, mejor, con más método y actividad?

¿No podría haber hecho algún bien a los míos o a los extraños?

¿Me doy cuenta de mi responsabilidad por el bien que dejo de hacer? (Las miserias que puedo remediar, penas que puedo consolar, almas que puedo salvar.)

¿Me preocupa la idea de que nuestros actos nos siguen: somos víctimas de nuestro propio pasado y soy yo quien preparo mi propio porvenir, feliz o desgraciado?

¿Dejo transcurrir mi vida estéril y voy acumulando omisiones, como cantidades negativas?

#### EXAMEN DE MIS DIVERSIONES.

Las necesito y debo también santificarlas.

¿Qué tiempo doy a diversiones? ¿El conveniente o excesivo?

¿Qué clase de diversiones prefiero? ¿Las activas (*deporte, en sus mil formas*) o las pasivas? (*tan fáciles como energéticas, sobre todo el cine*).

¿Qué orden puedo poner en mis diversiones? (*Cantidad, clase, modo...*)

*Mis espectáculos:* ¿Abuso de ellos y de su facilidad y profusión?

*Mis lecturas:* ¿Leo sólo novelas? ¿Cómo las leo, con qué fin? ¿Sigo método en mi plan de lecturas? ¿Tengo moderación? ¿Sé interrumpir a tiempo?

#### EXAMEN DE AMISTADES Y DE REUNIONES.

¿Las sé clasificar? (*Pasajeras, amistosas, íntimas, convenientes, inconvenientes...*)

¿Cómo las podría ordenar según Dios y santificarlas según su voluntad?

*Mis conversaciones:* ¿De qué hablo con más frecuencia? ¿Tengo temas tópicos o maniáticos? ¿Soy limpio y correcto al hablar? ¿Evito lo peligroso, lo poco caritativo, lo obsceno?

#### EXAMEN DE TODO.

—Mis amores y mis odios.

—Mis libros, mis periódicos y mis revistas.

—Mis talentos y cómo los exploto.

—Mis debilidades y cómo las corrijo. (*Respeto humano, flojedad, contemporalización, inconstancia, volubilidad, vanidad, egoísmo, interés, descontento, añañamiento...*)

Mis cosas; las de mi uso: mi habitación, mis muebles, mis utensilios, mis trajes y adornos...

Mis abusos y cómo los he de corregir. (*Abusos en la comida, en la bebida, en el tabaco, en el juego, en los refinamientos, en el vestido, diversiones, lecturas y aficiones.*)

Mi celo y mi espíritu proselitista.

Todo lo bueno y malo que tenga.

Para confirmar y reforzar lo bueno.

Para podar y corregir lo malo.

Conocer toda dignidad y darme cuenta del estado de mi espíritu.

Conocer lo que hago y ver si puedo hacer más y mejor.

Estudiar los medios que puedo emplear para evitar el vicio y el desorden y para adelantar cada día más en virtud y perfección.

## 30. COLOQUIO CON EL DIRECTOR

### I

#### Los Ejercicios y el problema personal

Para la primera parte de los Ejercicios

1. Si es la primera vez que haces Ejercicios en completo retiro, después de dejar el colegio.
2. Si los has hecho otras veces. Cuántas y con qué resultados.
3. Qué es lo que principalmente te ha movido a venir a hacer Ejercicios: Paz del alma. Vocación. Fortalecer el espíritu para la lucha. Resolver tal asunto determinado. Orientar la vida. Progreso espiritual. Puro compromiso de la Asociación.
- 4.Cuál es tu disposición de ánimo al entrar en los Ejercicios: Desgana. Fervor. Buen deseo. Temor. Preocupación. Pasar unos días de descanso.
5. Si traes un plan concreto. Si sabes cuál es tu caso, cuál es el problema personal que tienes que resolver en estos Ejercicios.
6. De qué cosas quisieras que hablaran los predicadores en estos Ejercicios.
7. Si traes o deseas algún libro especial para leer en estos Ejercicios.Cuál o sobre qué materia.

8. Si logras estar atento a los sermones. Si se te hace difícil la meditación. Si cumples con lo prescrito para aprovechar en la meditación.

9. Si traes algún problema referente a la Asociación que deseas plantear o resolver cambiando impresiones con tus compañeros en la Asamblea general del último día.

## II

### Los Ejercicios y el plan de vida

Para la segunda parte de los Ejercicios

1. Cómo haces los Ejercicios: bien, regular, mal.
2. Si aprovechas todo el tiempo dedicado a la meditación. Si te sobra o falta tiempo.
3. En qué empleas el tiempo libre.
4. Qué es lo que más te ha impresionado y gustado de lo que llevas viendo en estos Ejercicios.
5. Si has encontrado la solución al problema personal que tenías que resolver en estos Ejercicios.
6. Si tienes aún alguna otra cosa pendiente o alguna duda por resolver.
7. Si te ha comunicado Dios alguna luz o moción extraordinaria.
8. Qué propósitos piensas hacer en estos Ejercicios.
9. De qué medios vas a servirte para poner en práctica tus propósitos.
10. Si has concebido llevar a cabo alguna empresa especial en orden a tu santificación o al bien de los demás.

## 31. REFORMA DE VIDA

### Normas para hacer una buena reforma de vida

1. No comenzarla hasta después de haber hecho la confesión general.
2. Hacer los propósitos cuantos menos mejor y lo más posiblemente unificados.
3. Muy prácticos y concretos, huyendo de fórmulas vagas y generales.
4. Generosos y positivos, es decir, escogiendo lo más urgente y necesario a la vida moral y religiosa, huyendo de lo demasiado fácil y de lo meramente negativo.
5. Prudente, prefiriendo, en la <sup>duda</sup> vida, proponer menos para no atarse cargas insoportables.
6. Por escrito, para concretar más y dar carácter perdurable al propósito, dispuesto a leer el compromiso semanalmente.
7. Con aprobación del Director Espiritual o confesor fijo, a quien se debe mostrar la reforma, pidiendo de ese modo la aprobación de la Iglesia. Conviene, sobre todo si se carece de Director espiritual, presentar la reforma al Director de Ejercicios.

## 32. PLAN DE VIDA

### Esquema I

Escoger un *vicio o defecto* para combatirlo esforzadamente, aunque cada uno tenga varios. Elemental estrategia, si se escoge bien, porque dividiendo al enemigo se asegura el éxito.

2. Escoger un *medio* práctico o arma espiritual para combatir el vicio elegido.

El mejor es el uso del *examen particular*, que consiste en proponer a la mañana no caer y proponerlo de nuevo al mediodía, registrando las caídas al instante y anotándolas a la noche, sancionándose —como diría San Ignacio— “según tarifa establecida”.

3. Ayuda también determinar la *idea* que más ha movido a uno en Ejercicios, para tomarla como motivo ideal de la vida, vg.: pasión de Cristo, salvación del alma, la muerte, el apostolado, etc.... y fijar una *práctica de piedad* diaria que concentre la vida espiritual, y una *obra de apostolado* donde trabajar.

## Esquema II

1. Plan de *vida de piedad* o trato con Dios. Prácticas de piedad, cuáles y cuántas.

2. *Plan de mi vida profesional*. Reforma detallada de mis deberes de estado, oficio, ocupación, etc.

3. Plan de mi *vida de relación*. Con familia y amigos. Tiempo que voy a dedicar, atenciones y cuidados, personas...

4. Plan de mi *vida de descanso y diversiones*: Cuáles y cuántas...

5. Plan de mi *vida de servicio a la Iglesia y a la Patria*. Mis trabajos en la Asociación de Antiguos Alumnos, Cooperadores Salesianos, Acción Católica, asociaciones diversas, actuación pública.

### 33. ELECCIÓN DE ESTADO

1. No deben hacerla los que ya la hicieron en otros Ejercicios u ocasiones similares, viviendo desde entonces en paz.

2. Tampoco los que por sus condiciones de salud, carácter o constitución o por circunstancias familiares, económicas, etc.... están ya determinados para un especial estado de vida, sin lugar a opción. En este punto hay que distinguir las dificultades circunstanciales de las definitivas.

3. Todos, sin embargo, deberían pensar sobre el problema, ya que está relacionado, sin duda, con el de su santificación, y quizás, para algunos, con la salvación de modo estrechísimo.

4. Pero nadie está obligado, bajo pecado, a hacer elección, ni a abrazar determinado estado, como no sea por especial revelación de Dios quien ordinariamente no manda, sino invita.

5. No se trata de elegir entre tender a la perfección o renunciar a ella, pues por todos los estados se puede santificar el cristiano y seguir a Cristo. Se trata de saber si Dios me invita a escoger el camino más recto y más heroico para alcanzar la perfección o no.

6. Este camino más recto es el de los consejos evangélicos y es hereje el que cree que el estado matrimonial *en sí* es más perfecto y más feliz que el estado de virginidad (*Concilio de Trento*); pero esto no es decir que Dios quiera positivamente que todos los hombres sigan el camino mejor.

7. La vocación matrimonial viene dada por la tendencia de la naturaleza (*tendencia que suelen tener todos los hombres aún los llamados por Dios*) en ausencia de una intervención superior de la voluntad divina que llama a un estado más perfecto.

8. El asunto se reduce, pues, a saber si existe o no esta invitación divina, en el alma de cada uno, y cuál es su grado y su urgencia.

## **34. PREPARACIÓN DE LOS PROPÓSITOS**

Al final del día quinto puede dedicarse una hora para fijar la reforma o elecciones

Conviene que antes los ejercitantes acudan a la capilla para pedir la luz del Espíritu Santo y la ayuda de la Virgen.

El acto puede hacerse en particular, por cada ejercitante, o colectivamente, con cierta solemnidad.

Veni Creátor. (Véase pág. 36.)

### **Oración a María Auxiliadora**

Señora y Madre nuestra: Ha llegado el instante definitivo de los Ejercicios, cuando limpia el alma y ansioso de luz, deseo concretar la serie de propósitos que ha de marcar mi camino de salvación.

He invocado, Señora, al Divino Espíritu, para que sólo Él, a quien nos dejó Jesús como guía, sea quien dicte lo que ahora voy a prometer.

Madre, alcánzame este Espíritu de Cristo, dando a sentir su paz y su pureza para que ni el miedo ni la tacañería, ni la imprudencia, ni el ofuscamiento dicten mi decisión, que te ofrezco a Ti, como primicias

de mi vida, a tu servicio y al de tu Hijo que con el Padre y el Espíritu Santo vive y reina por los siglos de los siglos. Amén.

—*Tres avemarías.*

A continuación el ejercitante se retirará a su cuarto o a la sala de pláticas y escribirá sus propósitos, los meterá en un sobre que cerrará y señalará con su nombre; lo guardará hasta el momento de depositarlos ante el Sagrario a los pies del altar la última noche como ofrenda de gratitud.

### 35. OFRECIMIENTO DE LOS PROPÓSITOS

Señor Jesús: Agradecido a las maravillas de la gracia que has obrado sobre mí estos días, alegre con la más íntima alegría del corazón al sentirme dispuesto a llevar nueva vida, iluminado por el Espíritu Santo, que ha sembrado en mí su luz y su claridad; poniendo por intercesora en mi demanda y mi ofrecimiento a ella, nuestra Madre y Señora, María Auxiliadora y a todos los ángeles y santos que me han ayudado en la batalla de estos días y en particular San José y nuestro fundador San Juan Bosco:

Te ofrezco estas primicias y prendas de tu obra de gracia sobre mí, esta serie de propósitos y determinaciones que han brotado al calor de tu asistencia. Amén.

No puedo, Señor, ofrecerte aún otra cosa que planes y proyectos, pero Tú sabes que lo hago con la intención más pura de buscar sólo tu gloria en la santificación y salvación de mi alma y las de otros muchos por mi actuación apostólica. Amén.

Tú, Señor, venciste al mundo; Tú lo volverás a vencer. Que todos, Señor, que todos y cada uno podamos un día próximo recibir de tus manos la co-

rona de justicia que premie nuestra batalla y oír de tus labios la palabra suprema: "Ven, siervo fiel, a poseer el Reino de mi Padre." Amén.

Y entretanto, Señor, no te pido que me apartes del combate, sino que me des la fortaleza para emplear estas armas y vencer. Y todo a gloria de tu Padre, que contigo y el Espíritu Santo vive y reina por los siglos de los siglos. Amén.

## 36. HORA SANTA

A veces convendrá que la última noche los ejercitantes se expansionen ante Jesús Sacramentado, con entusiasmo, humildad y sencillez.

Toca al Director regular el acto según el ambiente y tensión espiritual de los ejercitantes. Puede seguirse el siguiente orden:

1. Exposición del Santísimo. Motete.
  2. Oraciones de la noche.
  3. Plática sentida del Director.
  4. Ofrecimiento de la Reforma o Propósitos.
  5. "Rosario de intenciones" u "Hora apostólica". Como ejemplo de esta última, ponemos a continuación la que se encuentra en el "Manual del Ejercitante", del P. Tirso Arellano, S. J.
  6. Tantum Ergo y Reserva.
- A continuación se retirarán a descansar.

### Mis deseos y mis propósitos ante el Señor

**DIRECTOR.**—Qué bien se vive así: a Dios amando, para Dios viviendo y para Dios obrando.

**TODOS.**—Quiero transformar mi vida—y vengo, Señor—a presentarte mis deseos generosos de ser bueno.

DIRECTOR.—Realiza en nosotros, Señor, este deseo:—para esto es necesario poseer a Cristo en la mente por la meditación que es luz, llevar a Cristo en la voluntad por la oración que es fuerza y sentir en el corazón a Cristo por la sagrada Comunión que es amor.

TODOS.—Realiza en nosotros, Señor, este deseo:—cada mente un Evangelio.—Cada corazón un Sagrario.—Queremos vivir con el nombre de Jesús en los labios,—el poder de Jesús en el alma—y el amor de Jesús en el corazón.

DIRECTOR.—Como un perfume exhala buen olor, como el fuego difunde calor, como la luz esparce claridad, así queremos también nosotros irradiar a Cristo.

TODOS.—Llevar almas de joven a Cristo,—inyectar en los pechos la fe.

DIRECTOR.—Queremos, Señor, que nuestra vida sea como flecha ardiente lanzada al Corazón de Cristo.

TODOS.—Ansiamos ser cristianos de verdad,—de vida interior pujante, intensa y apostólica,—hacerlo todo por Dios—y vivir sólo para Dios:—Servirle a Él siempre y en todo,—amándole a Él en todas las cosas—y amando a todas las cosas en Él y por Él.

DIRECTOR.—La caridad de Cristo nos apremia, la exigencia del don total nos acucia, el sentimiento de generosidad nos estimula.

TODOS.—Líbranos, Señor, de la cobardía que ata—y de la medianía que achica.

DIRECTOR.—Si es preciso que yo muera, moriré

por serte fiel. Tu doctrina mi bandera, tu persona mi obsesión.

TODOS.—Corresponderemos siempre a los impulsos de la gracia—y no negaremos a Dios nada de lo que nos pida.

DIRECTOR.—He de avivar en mi alma el ansia de oración y el hambre de comulgar. He de aspirar a una pureza como la de los ángeles. Dominaré mis pensamientos. Pondré freno a mi boca. Haré castos mis ojos. Jamás mis diversiones se mancharán de pecado.

TODOS.—Consérvanos, Señor, el corazón sin romper,—el alma oxigenada,—los ojos reflejando cielo.—Queremos llevar la santidad a la vida civil,—al hogar y a la calle—al taller y a la universidad,—a la fábrica y a la vida toda.

DIRECTOR.—Nuestra pobre vida cotidiana podría así embellecerse con la hermosura de lo sobrenatural.

TODOS.—Por esto aspiramos a vivir—con un profundo sentimiento religioso de la vida,—cultivando una espiritualidad alegre y juvenil,—todo afán de apostolado.

DIRECTOR.—El pobre mundo moderno languidece por falta de espíritu cristiano.

TODOS.—Y ansiamos ofrecerle el espectáculo de una vida cristiana íntegra:—vívida con fe y austeridad de monje,—con templanza y heroísmo de soldado,—con sencillez y candor de niño,—con amor y alegría de santo.

Jesús mío: quiero hacer bien en mi vida.—Que yo sea valiente, puro, alegre y apóstol. Amén.

### 37. FINAL DE EJERCICIOS

Los Ejercicios se clausurarán con los siguientes actos, que el Director fijará en la hora más oportuna.

1. Plática de los Recuerdos.

2. Bendición con el crucifijo.

Confíteor...

Misereatur vestri omnipotens Deus, et dimissis peccatis vestris, perducat vos Jesus Christus ad vitam aeternam.

R. Amen.

Indulgentiam, absolutiorem et remissionem omnium peccatorum vestrorum, spatium verae ac fructuosae poenitentiae, cor semper poenitens et emendationem vitae, perseverantiam in bonis operibus tribuat vobis omnipotens et misericors Dominus.

R. Amen.

Et benedictio Dei omnipotentis Patris et Filii, et Spiritus Sancti descendat super vos et maneat semper.

R. Amen.

3. Cinco Pater, Ave y Gloria según la intención del Sumo Pontífice para ganar las indulgencias.

4. Exposición del Santísimo. Motete.

Por todos los bienhechores espirituales y temporales, por los predicadores de los Ejercicios y por las personas encomendadas a nuestras oraciones, Pater, Ave y Gloria.

Por aquel de nosotros que ha de morir primero: Pater, Ave, Gloria.

A María Santísima para que nos ayude a conservar el fruto de los Ejercicios Espirituales, Salve.

5. Renovación de las promesas bautismales:

Se colocará en el presbiterio un misal sobre el reclinatorio. El sacerdote vuelto a los ejercitantes les invitará a renovar las promesas del bautismo. Esta promesa no añade nuevas obligaciones, sino renueva las típicas de todo cristiano.

Los ejercitantes, de uno en uno o en grupo, pondrán la mano sobre el misal y dirán en alta voz:

**Delante de mi Dios y Señor, en presencia de mi Madre, la Virgen Santísima, de los Ángeles y Santos del Cielo y de la Santa Iglesia Católica renuncio a Satanás, abomino del mundo, sus pompas y vanidades. Propongo nunca más pecar y ser fiel hasta la muerte.**

TODOS.—Así sea.

6. Te Deum.

7. Tantum ergo. Bendición. Reserva.

8. Laudáte Dóminum omnes gentes \* laudáte eum omnes pópuli.

Quóniam confirmáta est super nos misericórdia  
eius \* et véritas Dómini manet in aetérnum.

Gloria Patri...

9. ASAMBLEA. Antes de la comida será muy útil orga-  
nizar una asamblea general para tratar asuntos referentes  
a Ejercicios Espirituales, a la Asociación o al apostolado en  
general.

10. COMIDA. Debe terminar con una sobremesa salesiana  
de hermandad y despedida.

## 38. TE DEUM

*Te Deum laudámus \* Te  
Dóminum confitémur.*

*Te aetérnum Patrem: \*  
omnis terra venerátur.*

*Tibi omnes ángeli \* Tibi  
coeli et univérsae potestátes.*

*Tibi Chérubim et Séraphim  
\* incessábili voce proclámant.*

*Sanctus \* Sanctus \* San-  
ctus Dóminus Deus Sábaoth.*

*Pleni sunt coeli et terra \*  
majestátis glóriæ tuæ.*

*Te gloriósus \* apostolórum  
chorus.*

*Te prophetárum \* laudábi-  
lis número.*

*Te Mártyrum candidátus \*  
laudat exércitus.*

*Te per orbem terrárum \*  
sancta confitétur Ecclésia.*

*Patrem \* imménsae majes-  
tátis.*

*Venerándum tuum verum \*  
et únicum Filium.*

A Ti, oh Dios, alabamos \*  
a Ti por Señor te confesamos.

A Ti, eterno Padre, \* te ve-  
nera toda la tierra.

A Ti todos los ángeles \* a  
Ti los cielos y todas las Po-  
testades.

A Ti los Querubines y Se-  
rafinas \* con incesante voz te  
aclaman.

Santo, Santo, Santo \* Se-  
ñor Dios de los ejércitos.

Llenos están los cielos y la  
tierra \* de la majestad de tu  
gloria.

A Ti el glorioso \* coro de  
los apóstoles.

A Ti el laudable \* número  
de los Profetas.

A Ti el brillante ejército de  
los mártires.

A Ti por toda la redondez  
de la tierra \* la Santa Iglesia  
te confiesa.

Padre \* de inmensa majes-  
tad.

También a tu adorable, ver-  
dadero \* y único Hijo.

*Sanctum quoque \* Paráclitum Spiritum.*

*Tu Rex glóriæ \* Christe.*

*Tu Patris, \* sempitérnus es Filius.*

*Tu, ad liberándum suscepturus hóminem \* non horruisti Virginis úterum.*

*Tú devicto mórtis accúleo \* aperuisti credéntibus regna coelórum.*

*Tu, ad dexteram Dei sedes \* in gloria Patris.*

*Judex créderis \* esse ventúrus.*

*(El siguiente versículo se canta de rodillas.)*

*Te ergo quaesumus tuis famulis, súbveni \* quos pretioso ságuine redemisti.*

*Aetérna fac cum sanctis tuis \* in glória numerári.*

*Salvum fac pópulum tuum, Dómine, et bédedic hereditáti tuae.*

*Et rege eos \* et extólle illos usque in aetérnum.*

*Per singulos dies \* benedicimus te.*

*Et laudámus nomen tuum in saéculum \* et in saéculum saéculi.*

Igualmente que al Santo \* Espiritu Paráclito.

Tú eres el Rey de la gloria \* Cristo.

Tú eres Hijo sempiterno \* del Padre.

Tú, para librar al hombre te hiciste hombre \* y no te desdenaste en encarnar en el vientre de una Virgen.

Tú, roto el agujón de la muerte, \* abriste a los creyentes el Reino de los Cielos.

Tú estás sentado a la diestra de Dios, \* en la gloria del Padre.

Creemos que vendrás \* como Juez.

Rogámoste, pues, que socorras a tus siervos \* que con tu preciosa sangre redimiste.

Haz que en la gloria eterna \* entre los santos seamos contados.

Salva, Señor, a tu pueblo \* y bendice a tu heredad.

Y rígelos \* y ensálzalos hasta la eternidad.

Todos los días \* te bendecimos.

Y alabamos tu nombre en los siglos, \* y en los siglos de los siglos.

*Dignáre, Dómine, die isto \*  
sine peccáto nos custodire.*

*Miserére nostri, Dómine \*  
miserére nostri.*

*Fiat misericórdia tua, Dó-  
mine, super nos, quemádmó-  
dum sperávimus in te.*

*In te, Dómine, sperávi, \*  
non confúndar in aetérnum.*

Dígnate, Señor, en este día  
\* conservarnos sin pecado.

Ten misericordia de nos-  
otros, Señor, \* ten misericor-  
dia de nosotros.

Descienda, Señor, sobre  
nosotros tu misericordia, \*  
como lo esperamos de Ti.

En Ti, Señor, esperaré; \*  
no sea confundido eterna-  
mente.

℣. Benedicámus Patrem, et Fílium cum Sancto  
Spíritu.

℞. Laudémus et superexaltémus eum in saécula.

℣. Benedíctus es, Dómine, in firmamento coeli.

℣. Et laudábilis, et gloriósus et superexaltátus  
in saécula.

℣. Dómine, exáudi oratióem meam.

℞. Et clamor meus ad te véniat.

℣. Dóminus vobíscum.

℞. Et cum Spíritu tuo.

## OREMUS

Deus, cujus misericórdiae non est número, et bo-  
nitátis infínitus est thesáurus: piíssimae Majestáti  
tuae pro collátis donis grátias ágimus, tuam semper  
cleméntiam exorántes; ut, qui in peténtibus postu-  
láta concédís eósdem non déserens, ad proémia fu-  
túra dispónas. Per Christum Dóminum nostrum.

℞. Amen.

## 39. PERSEVERANCIA

SI QUIERES PERSEVERAR:

1. Saca de Ejercicios un buen *plan de reforma* de vida.
2. Búscate en seguida un *director espiritual* o confesor fijo a quien dar cuenta de tu plan, por lo menos mensualmente.
3. Acércate a recibir los *Sacramentos* con mucha frecuencia.
4. *Medita* o a lo menos lee periódicamente, para tener vivas tus ideas espirituales.
5. Búscate *buenos* amigos y un buen ambiente, a ser posible apostólico.
6. Y *no dudes jamás*, aunque tengas algunas caídas y sientas menos fervor —esto es inevitable—, de tu progreso y de la ayuda de Dios, que jamás ha de faltarte.
7. Lee con frecuencia tu *plan de vida* y lo que hayas escrito en tu libreta de Ejercicios, y tampoco dudes de que en ello está la voluntad de Dios; no pienses que en Ejercicios te equivocaste, y que es el mundo el que te da ambiente de realidad; no, más bien te lo da de mentira, apartándote de la luz de Dios.
8. Haz todos los meses el retiro mensual o Ejercicio de la Buena Muerte. Don Bosco decía así: "Puede darse por segura la salvación de quien hace todos los meses el Ejercicio de la Buena Muerte, confesando y comulgando como si fuese la última vez de su vida... Haced *todos* los meses el Ejercicio de la Buena Muerte. Haced *bien* todos los meses el Ejercicio de la Buena Muerte. Haced *infalliblemente* todos los meses y bien el Ejercicio de la Buena Muerte."

## 40. LECTURAS

I. Un libro sobre Jesucristo. Para amar a Jesucristo hay que conocerle.

1. *La Biblia.*
2. *Los Santos Evangelios.*
3. VILARIÑO, *Vida de Jesucristo.*
4. ALMAZÁN, *Jesús de Nazaret.*
5. RICCIOTTI, *Vida de Jesucristo.*
6. LEBRETÓN, *Vida de Jesucristo.*

II. Un libro de meditación. La meditación y la lectura de un libro espiritual formativo serán un medio muy eficaz para conservar el fruto de los Ejercicios.

1. VILARIÑO, *Rayos de sol.*
2. BAUDOT, *Evangélicas.*
3. ZAFFONATO, *Mente y corazón.*
4. BEAUDENOM, *Meditaciones sobre el Evangelio.*
5. VERCRUYSE, *Meditaciones prácticas.*
6. LA PUENTE, *Meditaciones.*
7. CASAGNA, *Mensaje de alegría.*
8. BAUR, *Sed luz.*
9. CLAUDE. *Joven, ¿quién eres?*

### III. Un libro de lectura espiritual.

1. KEMPIS, *La Imitación de Cristo.*
2. SAN ALFONSO, *Preparación para la muerte.*
3. TISSOT, *La vida interior.*
4. URTEAGA, *El valor divino de lo humano.*
5. ESCRIVÁ, *Camino.*
6. MARMIÓN, *Jesucristo vida del alma.*
7. PLUS, *Cristo en nosotros.*
8. PLUS, *Cristo en nuestros prójimos.*
9. PLUS, *Irradiar a Cristo.*
10. LHERMITTE, *El triunfo de la misericordia.*
11. CHARLES, *La oración de todas las cosas.*
12. CHARLES, *La oración de todas las horas.*
13. HEREDIA, *Una fuente de energía.*

## 41. HORARIO

HORARIO TRADICIONAL	EJERCICIOS INTENSIVOS
7'30 Levantase.	7 Levantarse.
8 Oraciones. Veni Creador. Meditación. Retiro.	7'30 Oraciones. Meditación.
9 Misa.	8'45 Misa.
9'45 Desayuno. Tiempo libre.	9'30 Desayuno.
10'45 Lectura. Instrucción. Cántico sagrado. Retiro.	10 Meditación.
12'40 Visita al Santísimo. Examen de conciencia.	11 Tiempo libre.
1 Comida. Recreo moderado.	11'30 Instrucción. Tiempo libre.
2 Letanías de los Santos. Descanso. Ensayo de cantos religiosos.	12'40 Visita al Santísimo. Examen de conciencia.
4'30 Vísperas de la Virgen. Lectura. Instrucción. Cántico. Retiro.	1 Comida.
6'30 Vía crucis. Meditación. Tiempo libre.	2'30 Letanías de los Santos. Descanso. Ensayo de cantos religiosos.
8'30 Rosario. Bendición.	3'45 Vísperas de la Virgen. Instrucción. Tiempo libre.
9 Cena. Recreo moderado.	5'30 Meditación.
10 Oraciones. Buenas noches. Descanso.	6'30 Tiempo libre.
	6'45 Vía crucis.
	7'45 Meditación.
	8'15 Tiempo libre.
	8'30 Rosario. Bendición.
	9 Cena.
	10 Oraciones. Buenas noches. Descanso.

El Director fijará el horario definitivo de los diversos actos, así como el número de los mismos, de la manera más adecuada a las circunstancias.

## 42. MEDITACIONES E INSTRUCCIONES

**Temas más propios de los dos primeros días.** *Principio y fundamento. Primera semana de San Ignacio.*

**MEDITACIONES:** Fin del hombre. Fin de las creaturas. Indiferencia. Pecado. Novísimos: Infierno, muerte, juicio. misericordia.

**INSTRUCCIONES:** Meditación. Exámenes. Ideal de la vida cristiana. Exigencias y medios para realizarlo. Confesión.

**Temas más propios de los dos últimos días.** *Segunda, tercera y cuarta semana de San Ignacio.*

**MEDITACIONES:** Llamamientos de Jesucristo. Misterios de la infancia. Dos banderas. Tres binarios. Vida pública. Pasión. Resurrección. Amor de Dios.

**INSTRUCCIONES:** Vocación. Reforma de vida. Apostolado.

El esquema que precede sirve tan sólo de orientación y responde a la graduación fijada en la Guía del Ejercitante de la página 12.

Toca al Director determinar si la tanda permite la aplicación de esa síntesis completa de los Ejercicios o más bien conviene insistir en los temas de los dos primeros días.

El Director se encargará de la plática de introducción y final de Ejercicios, de las Instrucciones, Buenas Noches y de recibir a los ejercitantes.

## 43. EJERCICIO DE LA BUENA MUERTE

1. MEDITACIÓN. Durante media hora se hará una meditación sobre alguno de los Novísimos o sobre alguno de los temas oídos en Ejercicios.

2. EXAMEN DE CONCIENCIA. Se hará esmerado examen mensual de conciencia. Puede utilizarse el formulario de examen general y exámenes prácticos de este manual. Considérese sobre todo el adelanto o pérdida de la virtud que se haya tenido en el mes último, especialmente en lo que se refiere a los propósitos hechos en los Ejercicios Espirituales.

3. CONFESIÓN Y COMUNIÓN. La confesión de este día será más diligente que de costumbre, pensando que podía ser la última de la vida y se recibirá la sagrada Comunión como por Viático.

4. SANTO PROTECTOR. Será también muy provechoso escoger en este día un santo por protector del mes que comienza.

### Oraciones para el Ejercicio de la Buena Muerte

ORACIÓN DE S. S. BENEDICTO XIII PARA IMPETRAR DE DIOS LA GRACIA DE NO MORIR DE MUERTE REPENTINA

Misericordiosísimo Señor Jesús, por vuestra agnía y sudor de sangre y por vuestra muerte, libradme, os lo ruego, de la muerte repentina e imprevista.

Benignísimo Señor Jesús, por vuestra acerbísima e ignominiosísima flagelación y coronación, por

vuestra cruz y pasión amarguísimas y por vuestra bondad, humildemente os ruego no permitáis que yo muera repentinamente y pase de esta vida a la eternidad sin haber recibido los Santos Sacramentos.

Amadísimo Jesús mío, mi Dios y Señor, por todos vuestros trabajos y dolores, por vuestra preciosa sangre y por vuestras llagas sacrosantas; por aquellas palabras vuestras, ¡oh dulcísimo Jesús mío!, las últimas que dijisteis en la cruz: “Dios mío, Dios mío, por qué me has abandonado”, y por aquel gran clamor: “Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu”, ardentísimamente os ruego no me arranquéis tan precipitadamente de este mundo. Vuestras manos, ¡oh Redentor mío!, me han hecho y formado enteramente. Por piedad, no me precipitéis de improviso; dadme, os suplico, espacio para la penitencia; concededme un tránsito feliz y en vuestra gracia, para que pueda amaros, alabaros y bendeciros eternamente. Amén.

#### ORACIÓN A NUESTRO SEÑOR JESUCRISTO PARA OBTENER UNA BUENA MUERTE

¡Oh Jesús, Señor mío, Dios de bondad, Padre de misericordia!, yo me presento ante Vos con el corazón humillado y contrito, os encomiendo mi última hora y lo que después de ella me espera.

Cuando mis pies, ya inmóviles, me adviertan que mi carrera en este mundo está próxima a su fin, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando mis manos trémulas y entorpecidas no puedan ya estrecharos y contra mi voluntad os dejen caer sobre el lecho de mi dolor, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando mis ojos, llenos de tinieblas y desencajados ante el horror de la cercana muerte, fijen en Vos sus miradas lánguidas y moribundas, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando mis labios, fríos y temblorosos, pronuncien por última vez vuestro adorable nombre, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando mis mejillas, pálidas y amarrotadas, inspiren lástima y terror a los que me rodeen y mis cabellos húmedos con el sudor de la muerte, erizándose en la cabeza, anuncien mi próximo fin, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando mis oídos próximos a cerrarse para siempre a las conversaciones de los hombres se abran para oír vuestra voz al pronunciar la sentencia irrevocable que fijará mi suerte por toda la eternidad, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando mi imaginación, agitada por horrendos y espantosos fantasmas, quede sumergida en congojas de muerte y mi espíritu, turbado por la visión de mis iniquidades y el temor de vuestra justicia, luche contra el ángel de las tinieblas que tratará de arrancarme el recuerdo consolador de vuestras misericordias y precipitarme en el abismo de la desesperación, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando, oprimido mi débil corazón por los dolores de la enfermedad, se vea asaltado por el horror

de la muerte y desfallecido por los esfuerzos realizados contra los enemigos de mi eterna salvación, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando derrame las últimas lágrimas reveladoras de mi destrucción, recibidlas, ¡oh Jesús mío!, en sacrificio de expiación, para que muera como víctima de penitencia, y en aquel momento terrible, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando mis parientes y amigos, apretados alrededor de mi lecho, se compadezcan de mi lastimoso estado y os invoquen en mi favor, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando perdido ya el uso de todos los sentidos, el mundo entero haya desaparecido de mi vista y gima en el estertor de la última agonía y en las congojas de la muerte, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando los últimos alientos del corazón obliguen a mi alma a salir del cuerpo, aceptadlos como actos de una santa impaciencia de ir a Vos, y Vos, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Cuando mi alma, salga de los labios entreabiertos despidiéndose para siempre de este mundo y deje este cuerpo pálido, frío y sin vida, aceptad la destrucción de mi ser como un homenaje que yo ofrezco a vuestra divina Majestad, y entonces, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

Finalmente, cuando mi alma comparezca ante Vos y vea por primera vez el resplandor inmortal de vuestra Majestad, no la rechacéis de vuestra presencia; dignaos recibirme en el seno amoroso de vuestra mi-

sericordia, para que eternamente cante vuestras alabanzas, *Jesús misericordioso, tened piedad de mí.*

### ORACIÓN

Oh Dios, que condenándonos a muerte nos habéis ocultado el momento y la hora, haced que pasando todos los días de mi vida en la santidad y en la justicia, merezca salir de este mundo en vuestro santo amor. Por los méritos de Nuestro Señor Jesucristo, que vive y reina con Vos en unión del Espíritu Santo. Así sea.

### ORACIÓN POR LAS ALMAS DEL PURGATORIO

¡Oh Señor omnipotente, que por el amor que tenéis a los hombres, os dignasteis revestiros de nuestra naturaleza, vivir entre privaciones, sufrir una pasión dolorosísima y morir finalmente en la cruz! Os suplicamos por los infinitos méritos que con vuestra sangre preciosísima nos adquiristeis, dirijáis vuestros ojos de piedad a los tormentos que sufren en el Purgatorio las almas benditas. Ellas salieron de este valle de lágrimas en estado de gracia y para expiar las deudas que contrajeron con vuestra Divina Justicia sufren los ardores de aquellas llamas. Aceptad, pues, ¡oh Dios de misericordia!, las súplicas que por ellas humildemente os ofrezco, sacadlas de aquella tenebrosa cárcel y llevadlas a la gloria del Paraíso. Os recomiendo especialmente las almas de mis parientes, de mis bienhechores espirituales y en

especial las de aquellos que con mi mal ejemplo hubieran podido recibir ocasión de pecado. Virgen Santísima, Madre de piedad, consuelo de los afligidos, interceded por esas almas, a fin de que con vuestra intercesión potentísima vuelen al Cielo a gozar de la gloria que les está preparada.

V. *Te ergo, quaesumus, tuis famulis subveni.*

R. *Quos pretioso sanguine redemisti.*

Padrenuestro, Avemaría, Requiem.

#### A SAN JOSÉ PARA PEDIR UNA BUENA MUERTE

Gloriosísimo San José, afortunado esposo de María, Vos que merecisteis ser nombrado custodio del Salvador del mundo, Jesucristo, y abrazándole tiernamente gozasteis de un Paraíso anticipado, obtenedme del Señor un entero perdón de mis pecados y la gracia de imitar vuestras virtudes, a fin de que siga siempre el camino que conduce al Cielo. Vos, que a la hora de la muerte tuvisteis la dicha de tener a Jesús y a María en torno de vuestro lecho y entregar dulcemente entre sus brazos vuestra alma bienaventurada, defendedme, os lo ruego, en mi última hora contra los enemigos de mi eterna salvación; de suerte que confortado con la dulce esperanza de volar con vos a la posesión de la eterna gloria del Paraíso, expire pronunciando los Santísimos nombres de Jesús, José y María. Así sea.

*Según la intención del Sumo Pontífice, para ganar las indulgencias:* Padrenuestro, Avemaría y Gloria-patri.

#### 44. QUINCE MINUTOS EN COMPAÑÍA DE JESÚS SACRAMENTADO

Procura hacer un acto de fe muy viva en la presencia de Jesucristo Sacramentado... Sé generoso amador de Jesús dándote totalmente a él y disponiéndote a cumplir su voluntad en todo, aunque te pida algún sacrificio. Dile firmemente y con toda el alma: Hablad, Señor, que vuestro siervo escucha. Y muy recogido en tu interior, como si en estos momentos no hubiera en el mundo nadie más que Jesús y tú, saborea y medita las siguientes palabras, como si realmente las oyeras de los labios de Jesús:

No es preciso, hijo mío, saber mucho para agradarme mucho; basta que me ames con fervor. Háblame, pues, aquí, sencillamente, como hablarías a tu madre, a tu hermano.

*¿Necesitas hacerme en favor de alguien una súplica cualquiera?* Dime su nombre, bien sea el de tus padres, bien el de tus hermanos y amigos; pide mucho, mucho, no vaciles en pedir; me gustan los corazones generosos, que llegan a olvidarse en cierto modo de sí mismos, para atender a las necesidades ajenas. Háblame así, con sencillez, con llaneza, de los pobres a quienes quisieras consolar, de los enfermos a quienes ves padecer, de los extraviados que anhelas

volver al buen camino, de los amigos ausentes que quisieras ver otra vez a tu lado. Dime por todos una palabra de amigo, palabra entrañable y fervorosa. Recuérdame que he prometido escuchar toda súplica que salga del corazón. Y no ha de salir del corazón el ruego que me dirijas por aquellos a quienes tu corazón especialmente ama?

*Y para ti, ¿no necesitas alguna gracia?* Hazme, si quieres, una lista de tus necesidades y ven, léela en mi presencia.

Dime francamente que sientes soberbia, amor a la sensualidad y al regalo, que eres tal vez egoísta, inconstante, negligente...; y pídemelo luego que venga en tu ayuda para sacudir de ti tales miserias.

No te avergüences, pobre alma. Hay en el Cielo tantos justos, tantos santos de primer orden que tuvieron esos mismos defectos... Pero rogaron con humildad... y poco a poco se vieron libres de ellos.

Ni menos vaciles en pedirme bienes espirituales y corporales; salud, memoria, éxito feliz en tus trabajos, negocios y estudios; todo esto puedo darte, y lo doy, y deseo que me lo pidas en cuanto no se oponga, antes favorezca y ayude a tu santificación. Hoy por hoy, ¿qué necesitas? ¿Qué puedo hacer por tu bien? Si supieras el deseo que tengo de favorecerte.

¿Traes ahora entre tus manos algún proyecto? Cuéntamelo todo minuciosamente. ¿Qué te preocupa? ¿Qué piensas? ¿Qué deseas? ¿Qué quieres que haga por tu hermano, por tu hermana, por tu amigo, por tu superior? ¿Qué desearías hacer por ellos?

¿Y por mí? ¿No sientes deseos de mi gloria? ¿No quisieras hacer algún bien a tus prójimos, a tus amigos, a quienes amas mucho, y que viven quizás olvidados de mí?

Dime qué cosa llama hoy particularmente tu atención, qué anhelas más vivamente, y con qué medios cuentas para conseguirlo. Dime si te sale mal tu empresa, y yo te diré las causas del mal éxito. ¿No quisieras que me interesase algo en tu favor? Hijo mío, soy dueño de los corazones y dulcemente los llevo, sin perjuicio de la libertad, a donde me place.

¿Sientes acaso tristeza o mal humor? Cuéntame, cuéntame, alma desconsolada, tus tristezas con todos sus pormenores. ¿Quién te hirió? ¿Quién lastimó tu amor propio? ¿Quién te ha despreciado? Acércate a mi Corazón que tiene bálsamo eficaz para curar todas esas heridas del tuyo. Dame cuenta de todo y acabarás en breve por decirme que todo lo perdonas, todo lo olvidas, y en pago recibirás mi consolación y bendición.

¿Temes por ventura? ¿Sientes en tu alma aquellas vagas melancolías, que no por ser infundadas dejan de ser desgarradoras? Échate en brazos de mi providencia. Contigo estoy, aquí a tu lado me tienes; todo lo veo, todo lo oigo; ni un momento te desamparo.

¿Sientes desvío de parte de personas que antes te quisieron bien, y ahora olvidadas se alejan de ti, sin que les hayas dado el menor motivo? Ruega por ellas y yo las devolveré a tu lado, si no han de ser obstáculo a tu santificación.

*¿Y no tienes tal vez alegría alguna que comunicarme? ¿Por qué no me haces partícipe de ella a fuer de buen amigo?*

Cuéntame lo que desde ayer, desde la última visita que me hiciste, ha consolado y hecho reír a tu corazón. Quizá has tenido agradables sorpresas, quizá has visto disipados negros recelos, quizá has recibido faustas noticias, alguna carta o muestra de cariño: has vencido alguna dificultad o has salido de algún trance apurado. Obra mía es todo esto, y Yo te lo he proporcionado. ¿Por qué no has de manifestarme por ello tu gratitud y decirme sencillamente, como hijo a su padre: "Gracias, Padre mío, gracias"? El agradecimiento trae consigo nuevos beneficios, porque al bienhechor le gusta verse correspondido.

*¿Tampoco tienes promesa alguna para hacerme?* Leo, ya lo sabes, en el fondo de tu corazón. A los hombres se los engaña fácilmente; a Dios, no; háblame, pues, con sinceridad. ¿Tienes firme resolución de no exponerte ya más a aquella ocasión de pecado?, ¿de privarte de aquel objeto que te dañó?, ¿de no leer más aquel libro que exaltó tu imaginación?, ¿de no tratar más aquella persona que turbó la paz de tu alma?

¿Volverás a ser dulce, amable y condescendiente con aquella otra a quien, por haberte faltado, has mirado hasta ahora como enemiga?

Ahora bien, hijo mío; vuelve a tus ocupaciones habituales, al taller, a la familia, al estudio...; pero no olvides los quince minutos de grata conversación que hemos tenido aquí los dos, en la soledad del san-

tuario. Guarda en cuanto puedas, modestia, recogimiento, silencio, resignación, caridad con el prójimo. Ama a mi Madre, que lo es también tuya, la Virgen Santísima, y vuelve otra vez mañana, con el corazón más amoroso, más entregado a mi servicio. En mi Corazón encontrarás cada día nuevo amor, nuevos consuelos.

## ÍNDICE

	<u>Pág.</u>
PRÓLOGO . . . . .	5
1. Normas prácticas . . . . .	7
2. Guía del ejercitante. . . . .	12
3. Presentación a Jesús Sacramentado . . . . .	17
PRÁCTICAS DIARIAS	
4. Oraciones de la mañana . . . . .	20
5. Oraciones litúrgicas: Prima. . . . .	28
6. La meditación en Ejercicios . . . . .	36
7. Santa Misa . . . . .	45
8. Después de la Misa . . . . .	65
9. Oraciones para antes y después de las comidas. . . . .	72
10. Visitas al Santísimo Sacramento . . . . .	73
11. Visita al Santísimo: antes de comer. . . . .	82
12. Corona al Sagrado Corazón de Jesús . . . . .	85
13. Miserére . . . . .	88

	<i>Pág.</i>
14. Letanías de los Santos . . . . .	90
15. Vísperas de la Santísima Virgen . . . . .	97
16. Vía crucis I . . . . .	107
17. Vía crucis II . . . . .	118
18. Acto eucarístico . . . . .	127
19. Rosario de la Santísima Virgen . . . . .	132
20. Oraciones de la noche . . . . .	136
21. Oraciones litúrgicas: Completas . . . . .	141

#### NORMAS Y ACTOS ESPECIALES

22. Reglas para aprender a meditar . . . . .	150
23. Otras maneras de meditar . . . . .	153
24. Examen para los días de Ejercicios . . . . .	155
25. Examen sobre los Mandamientos . . . . .	157
26. Examen sobre los pecados capitales . . . . .	166
27. Examen sobre las obligaciones particulares . . . . .	168
28. Acto de contrición . . . . .	174
29. Examen práctico . . . . .	176
30. Coloquio con el Director . . . . .	185
31. Reforma de vida . . . . .	187
32. Plan de vida . . . . .	188
33. Elección de estado . . . . .	190
34. Preparación de los propósitos . . . . .	192
35. Ofrecimiento de los propósitos . . . . .	194

	<i>Pág.</i>
36. Hora Santa . . . . .	196
37. Final de Ejercicios . . . . .	199
38. Te Deum. . . . .	202
39. Perseverancia . . . . .	205
40. Lecturas . . . . .	206

#### APÉNDICE

41. Horario . . . . .	208
42. Meditaciones e instrucciones . . . . .	209
43. Ejercicio de la Buena Muerte . . . . .	210
44. Quince minutos en compañía de Jesús Sacramen- tado. . . . .	216