

aventurada Virgen, Vuestra purísima Esposa, Madre del divino Redentor, que vive y reina con el Padre y el Espíritu Santo por infinitos siglos de siglos.— Así sea.

AL SANTO ÁNGEL DE LA GUARDA.

Ángel de Dios, que eres mi custodio, ya que la piedad divina me ha puesto bajo tu protección, ilumíname hoy y siempre, guárdame, rigeme y gobiérname.—Amén.

Á NUESTROS SANTOS PATRONOS.

Asistidme, oh, piadosos ejércitos de espíritus bienaventurados, y en especial vosotros, S. N. y..... mis Patronos, ayudadme con vuestros méritos y vuestra poderosa intercesión en todas mis obras, y libradme de todo mal.

ACTOS DE FE, ESPERANZA Y CARIDAD.

Firmemente creo y confieso todo lo que Cristo nuestro Señor ha enseñado, lo que predicaron los apóstoles y enseña la santa Iglesia Romana; porque Tú, Señor, Verdad eterna é infalible, lo has revelado; y en esta fe, y con ella quiero vivir y morir.

Espero en Ti, y de Ti, ¡oh, Dios mío! la gracia, la gloria, y los medios necesarios para salvarme. Puedes dárme los, porque eres omnipotente; quieres, porque eres infinitamente misericordioso; y me los darás, porque bien persuadido estoy de tus promesas, y de tu eterna fidelidad en cumplirlas.

ACTO DE CONTRICIÓN.

¡Padre amantísimo! Dueñome y me pesa de todo mi corazón de haberos ofendido; porque la ofensa fué contra Vos, Dios mío y mi infinito Bien. Gimo, pues soy verdaderamente culpable, y me avergüenzo de haberos sido ingrato; que mis súplicas, Señor, obtengan el perdón.

MÉTODO PARA MEDITAR.

El arte de meditar no tanto se enseña con preceptos y doctrinas humanas, cuanto con la unión del Espíritu Santo y el constante empeño de una buena voluntad. Así que, preciso es pedir instantemente al Señor esta gracia, diciéndole: "Señor, enseñadme á orar; enseñadme á meditar."

La preparación remota consiste en el verdadero deseo de aprovechar, y en el recogimiento espiritual, apartando con diligencia los obstáculos que á ello se opongan, y tomando las medidas que á este objeto sean favorables.

La preparación próxima consiste:

- 1) En leer ú oír con atención en la noche anterior, la materia de la meditación de la mañana siguiente, observando de paso el fruto que de ella se pretende conseguir, según el actual estado del alma.
- 2) En repasar estos puntos, cuando ya estamos en cama, próximos á conciliar el sueño.
- 3) En recordar como primer pensamiento, á la siguiente mañana, la materia de la próxima medita-

ción, rechazando toda otra idea, que á ella no se refiera.

4) En fomentar ideas y sentimientos conformes con esta meditación, mientras nos vestimos y lavamos.

5) En encomendar al Santísimo Sacramento, en la visita que le hagamos, el resultado de la meditación, y solicitar el auxilio de la Santísima Virgen y el de los santos.

6) En acercarnos al lugar de la meditación con ánimo tranquilo, y durante el tiempo que se tarda en rezar un Padre nuestro, estar en pie, elevando el corazón á Dios, reconocerle presente, y rendirle testimonio de reverencia.

#### PRINCIPIO DE LA MEDITACIÓN

*Puesto en pie, se dice:* "Pongámonos en la presencia de Dios. Dios está aquí presente. . . . Me ve. . . . Me oye. . . . Es de fe. . . . Intimamente penetrado de su presencia, le haré profunda inclinación con el cuerpo y con el espíritu." *Se pone de rodillas, hace profunda inclinación, y dice la*

#### ORACIÓN PREPARATORIA

Creo, Dios mío, que estáis aquí presente; y aunque indigno de estar ante vuestro divino acatamiento, por mis muchos pecados, que detesto con todo mi corazón, vengo á Vos y os ofrezco esta meditación, para que todos mis pensamientos, afectos y resoluciones vayan dirigidos á vuestra mayor honra y gloria.

#### PREÁMBULOS.

I. *Composición de lugar.*—Para fijar la imaginación en el punto que se ha de meditar, y evitar en lo posible las distracciones, nos imaginamos presente ahora mismo, y como que se verifica ante nosotros, aquello mismo que hemos leído, v. g., alguna de las parábolas ó enseñanzas de Cristo nuestro Señor, contemplándole á él y á las personas que intervienen en aquel paso de su santísima vida.

II. *Petición.*—Pedimos gracia, no para hacer bien la oración, pues esto se pide ya en la Oración preparatoria, sino para conseguir aquel fruto que nos hemos propuesto ya al oír la lectura de la meditación.

#### MEDITACIÓN.

Los puntos de la meditación son de ordinario dos, tres ó más; y en cada uno de ellos se ha de buscar la *materia práctica*, ó sea la parte que es más aplicable á las necesidades espirituales, que actualmente padece nuestra alma. De rodillas, sentados, ó en pie, pues la postura es accidental, con tal que la imaginación no se distraiga y seriamente pensemos en aquellos puntos prácticos que á nosotros mismos nos aplicamos, empleamos en esto las tres potencias del alma: la *memoria*, recordando distintamente los puntos ó partes de la meditación; el *entendimiento*, desarrollándolos y discuriendo sobre ellos, y haciendo sobre el acontecimiento ó sobre la verdad, reflexiones prácticas aplicables á las necesidades presentes; y la *voluntad*, moviéndose á varios afectos.

La memoria recordará *quién* dice ó hace aquello que se medita; *qué, con qué* medios, *por qué, cómo* y *cuándo*. El entendimiento se preguntará:

- 1) Qué debe considerarse en aquella meditación.
  - 2) Qué *consecuencias prácticas* se desprenden de ella.
  - 3) Qué *motivos* impelen á practicar aquellas verdades, considerando si éstas son ó no *convenientes, útiles, agradables, fáciles de practicar, y necesarias*.
  - 4) Cómo las *ha observado* hasta aquí.
  - 5) Cómo las *debe observar* en adelante.
  - 6) Qué *impedimentos* debe remover.
  - 7) Qué *medios* conviene emplear.
- Ayudarán no poco al entendimiento estas *consideraciones*:

- 1) Qué *aconsejariamos* sobre esto á otra persona.
- 2) Qué *quisiéramos haber hecho*, cuando nos encontremos *próximos á la muerte*.
- 3) Qué *felices* son los que esto han hecho, *veniendo* todo género de *dificultades*; y qué *desgraciados* para siempre los que descuidaron asunto de tanta *importancia*.
- 4) Qué *hizo* sobre esto *Cristo* nuestro Señor.
- 5) Cuánto deben *excitarnos á esto* los *beneficios* que debemos á Dios.
- 6) Cuán *gloriosos* es para nosotros *conciliarnos* de este modo la *protección y amistad* del mismo Dios.

Todos estos *motivos y consideraciones* podemos ir aplicando, no sólo á cada punto, sino á cada una de las *verdades prácticas* en él contenidas.

La voluntad se emplea en dos clases de *actos*; que son *afectos y propósitos*. El fuego de la *gracia* y del

amor divino se excita y acrecienta con las expresadas *consideraciones* en el decurso de la *meditación*; y de aquí los *afectos* de admiración, de alabanza, de amor, acción de gracias, temor, dolor, humillación, etc.

Y como el fin de la oración es, *enmendar la vida* y *progresar en virtudes* y *venimiento propio*, *confirmandose* en el *servicio de Dios* y *previniéndose* contra todo linaje de *tentaciones, dificultades y peligros*; efecto necesario de ella son los *propósitos*. Estos deben ser:

- 1) *Prácticos*, es decir, *eficaces para adelantar en la virtud*.
- 2) *Pártilares y concretos*, acomodados á nuestras actuales *circunstancias*.
- 3) *Fundados* en *motivos sólidos*.
- 4) *Humildes*, porque razón hay para que *desconfiemos* siempre de nosotros mismos, y únicamente *confiemos en Dios* nuestro Señor.

#### FIN DE LA MEDITACIÓN.

Término de ella son los *coloquios*, ó palabras que dirigimos á Dios, al divino Jesús, á la Santísima Virgen ó á algunos santos, según la *verdad ó materia* que meditamos. El objeto de estos *coloquios* puede ser:

- 1) Dar *gracias* por los *beneficios* recibidos en esta *meditación*.
- 2) *Pedirlos*, para poder *cumplir con los propósitos* que en ella hemos formado.
- 3) *Acusarnos* de alguna falta cometida en la *meditación*: ó

4) Exponer las circunstancias en que nos encontremos, y pedir en vista de ellas consejo ó auxilio.

Y como en los coloquios tiene más parte la voluntad que el entendimiento, y en éste hablamos con nosotros mismos, y durante los coloquios hablamos con Dios ó con los Santos; preciso es desplegar en este último caso la debida reverencia, y mucho mayor al hablar con Su divina Majestad que con los Santos. Si los coloquios son con el Eterno Padre, se terminan con un "Padre nuestro;" si con Cristo nuestro Señor, en cuanto Hombre, Mediador y Abogado amabilísimo, se acaban con la antifona: "Alma de Cristo, santifícame;" si con la Santísima Virgen, se reza un "Ave, María."

#### EXAMEN DE LA MEDITACIÓN.

Terminada, hacemos por algún tiempo, sentados ó paseándonos por la habitación, el *examen* de la meditación, con el doble objeto de ver con qué atención la hemos hecho, y de recapitular los puntos prácticos en ella determinados. Así que, en el tiempo de este examen, consideramos con pausa y con atención estas preguntas:

- 1) Si he leído u oído los puntos con atención.
- 2) Si he conservado después el debido recogimiento en el espíritu.
- 3) Si después de acostado y antes de conciliar el sueño, he procurado recordar la materia de la meditación.
- 4) Si he hecho también ésto, al despertar durante

la noche, y mucho más por la mañana, rechazando cualquier otro pensamiento inútil.

5) Si mientras me he estado lavando y vistiendo, y al venir al lugar en que he meditado, he procurado excitar en mi alma afectos conformes á la materia que iba á meditar.

6) Si he procurado conservar tranquilo el espíritu, en especial inmediatamente antes de la meditación.

7) Si, dado caso que no haya vuelto á leer los puntos, he procurado, al menos, recordarlos con fidelidad.

8) Si antes de comenzar la meditación, he estado algunos momentos en pie, pensando lo que iba á hacer y reconociendo que me hallaba en la presencia de Dios.

9) Con qué reverencia, atención y devoción he rezado la oración preparatoria.

10) Si he procurado hacer bien los preludios, especialmente el segundo, de la petición.

11) Si he ejercitado bien en la meditación las potencias del alma, la memoria, el entendimiento y la voluntad.

12) Si he formado propósitos, y cuáles.

13) Si he sido constante y enérgico en vencer las distracciones, ó no las he admitido.

14) Si he vencido el tedio, que tal vez comenzaba á manifestarse; si he logrado sobreponerme á él, sin cesar de aplicar toda mi atención.

15) Si he recurrido al primer preludio, ó composición de lugar, para sujetar más fácilmente la imaginación.

- 16) Si he hecho coloquio.  
 17) Si he procurado vencer el sueño ó la pereza que acaso comenzaba á insinuarse al fin de la meditación.  
 18) Si la he terminado con reverencia.  
 19) Si desde el principio de ella hasta el fin, me he esforzado con energía en corresponder á la divina gracia.  
 20) Si he atendido á que la postura del cuerpo durante la meditación fuese la que conviene.  
 21) Si he procedido con reverencia interior y exterior, especialmente en los actos de la voluntad.  
 22) Si he interrumpido ó dejado la meditación sin proporcionada necesidad.

Si de este examen resultare que la meditación no ha estado bien hecha, averigüe el por qué, y excítese al arrepentimiento y propósito de enmendarse en adelante.

Si ha salido bien, dé gracias al Señor, y humillese; pues de El, y no nuestro, es todo buen resultado.

## DIA I.

### LA SANTÍSIMA TRINIDAD.

I. *Preudio.*—Imaginaros que contemplámos llena de majestad á la Trinidad beatísima en el bautismo del divino Jesús en el río Jordán, viendo descender sobre El al Espíritu Santo en figura de paloma, y oyendo la voz del Eterno Padre, que se complace en su Hijo muy amado.

II. *Preudio.*—Pedir humildemente á la Santísima Trinidad una fe muy viva en este inefable misterio.

## PUNTO I.

*Inefable grandeza del misterio de la Santísima Trinidad.* Es este el primero de los misterios de nuestra santa fe: Dios *uno* en esencia, y *trino* en Personas, que son Padre, Hijo y Espíritu Santo. . . . El Padre es Dios, el Hijo es Dios, el Espíritu Santo es Dios. . . . Las Personas son distintas, coeternas, iguales en poder, en santidad, en todos los divinos atributos; sólo se distinguen en que el Padre es ingénito; el Hijo, purísimamente engendrado por el Padre desde toda la eternidad; y el Espíritu Santo es producido ó espirado eternamente por el Padre y el Hijo. . . .

Las tres divinas Personas son una entidad ó esencia simplicísima, é infinita en todo género de perfección, único y sumo Bien, primer principio de todas las cosas, y nuestro último fin. . . . Como las propiedades de los seres no dimanán de la persona, sino de la naturaleza, siendo *una* la naturaleza del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo, *una*, no genérica ó específicamente, sino numérica é individualmente, síguese que los divinos atributos en las tres adorables personas son los mismos. . . . Esto nos enseña la fe. . . . ¡Ah! Yo no os comprendo, Trinidad beatísima, porque sois á todos incomprendible; pero creo en Vos con todas las fuerzas de mi alma. . . . Os adoro, Os alabo y Os glorifico. . . . Os amo y Os sirvo, reconociéndoos como centro de todos mis afectos.

Este altísimo misterio no es en manera alguna contrario á la razón. El Padre, conociéndose, engendra purísimamente desde la eternidad al Verbo; y el