

16 Marzo 1959

ESTEBAN LIMI

Prepa #2

Grupo 7

Mem. 1525

Estaban LEAL

ZAPATA

Esteban Leal Zapata

DIRECTORIO  
ESPIRITUAL  
PARA LAS  
HERMANAS DE LA VISITACIÓN  
DE  
SANTA MARÍA

SEGÚN LOS MANUSCRITOS ORIGINALES  
Y LA EDICIÓN DE MDCXXXVII



MADRID.—1902

¡VIVA † JESÚS!

---

## DIRECTORIO ESPIRITUAL

PARA LAS ACCIONES DEL DIA

---

*Intenciones generales  
que han de tener las Her-  
manas.*

### ARTÍCULO I

Que toda su vida y todos sus ejercicios sean para unirse con Dios, y para ayudar con sus oraciones y buenos ejemplos á la santa Iglesia y á la salvación del prójimo; para lo cual, nada



deben desear tanto, como llegar á ser tan virtuosas, que el aroma que exhala su vida, agradando á Dios, se derrame en los corazones de los fieles. Este anhelo ha hecho escribir al principio del Libro de su Profesión, estos tres deseos:

### **DESEOS PARTICULARES**

*La humilde gloria  
de las Hermanas de la  
Congregación.*

No tenemos más vínculo que el de la caridad, que es vínculo de perfección; por-

que el amor es fuerte como la muerte, y el celo del amor, firme como el infierno. ¿Pues qué lazos más fuertes podrían unirnos que el lazo del amor, que es lazo de perfección?

*La caridad de Jesucristo nos estrecha. (II Cor., V.)*



*Anhelo á imitación  
del que Job expresa en el  
cap. XXXI de su Libro  
ver. 35.*

## A JESUCRISTO

NUESTRO SEÑOR

¡Oh, verdadero Dios!  
Quién me hará la gracia de  
que el Omnipotente atienda  
á mi deseo, y El mismo escri-  
ba este Libro, para que yo  
le lleve sobre mis hombros  
y me le ciña por corona,  
pronunciando á cada paso  
lo que contiene, y ofrecién-

doselo como á un Príncipe!  
Sí, Señor Jesús, escuchad  
la súplica que forma mi  
corazón á favor de vuestras  
siervas; escribid Vos mismo  
en este Libro, y jamás per-  
mitáis que ninguna coloque  
aquí su nombre, sin vuestra  
inspiración é impulso, á fin  
de que este volumen cubra  
mis hombros como un manto  
de honor, y mi cabeza, como  
corona de gloria. Y cada  
vez que mi espíritu aspirare  
hacia Vos, pronunciaré los  
nombres que aquí estuvieren  
escritos, como un cántico  
de alegría y alabanza, ofre-



ciéndolos á vuestra divina Providencia, como un ramillete de suavidad. Haced, oh Jesús, santo y dulce amor de nuestras almas, que el año en que cada Hermana escribiere sus votos y su oblación en este Libro, sea para ella año de santificación; el día, un día de salvación; y la hora, de eterna bendición. Haced que los corazones reunidos por Vos bajo vuestro Nombre y el de vuestra amada Madre, jamás se dispersen; que las que habéis congregado, no se separen; y que

las que habéis juntado, no se desunan; para que los nombres señalados en estas hojas percederas, sean por siempre escritos en el Libro de la vida, en unión con los justos que reinan con Vos en la inmortal felicidad. Así sea. Así sea. Amén.

*Deseo á imitación de San Pablo en el cap. IV á los Filipenses.*

A LAS HERMANAS  
DE LA CONGREGACIÓN

Carísimas Hermanas  
mías, Hijas deseadísimas,



mi gozo y mi corona, permaneced así en el Señor, amadísimas.

¡Oh Hijas de buen olor, Hijas de coloquios celestiales! Yo os ruego, y aun os conjuro, que todas tengáis un mismo amor, y viváis todas de concierto en vuestra vocación, en Jesucristo nuestro Señor y en su Madre y Señora nuestra.

Amén.

FRANCISCO,  
*Obispo de Ginebra.*

Año 1611, en Annecy.

*Al levantarse.*

ARTÍCULO II

Primeramente, las Hermanas al despertar, deben arrojar su alma toda en Dios, por medio de algunos santos pensamientos, como los siguientes:

«El sueño es imagen de la muerte, y el despertar, lo es de la resurrección.» Ó bien recordarán aquella voz que se oirá en el día postrero: «Levantáos, muertos, y venid á juicio.» También podrán decir con Job: «



que mi Redentor vive, y que resucitaré en el último día. ¡Oh Dios mío, haced que sea para la gloria eterna! Esta esperanza descansa en mi pecho.» Otras veces podrán decir: «En aquel día, Señor, me llamaréis, y yo os responderé; daréis vuestra diestra á la obra de vuestras manos; contados tenéis todos mis pasos »

De este modo, harán las Hermanas santas aspiraciones, según el Espíritu Santo se las sugiera, estando en libertad de seguir su atractivo interior.

Comenzando á vestirse, y hecha la señal de la Cruz, dirán: «Cubridme, Señor, del manto de la inocencia y de la túnica de la caridad. ¡Oh Dios mío! No permitáis que aparezca ante vuestra faz desnuda de buenas obras.»

Después se prepararán para el ejercicio de la mañana, pensando brevemente, así en las imperfecciones á que están sujetas, como en las resoluciones que deben hacer para vencerlas.

Al toque del *Ave María*, se arrodillarán sobre la cama, para rezarlas, ó bien



sobre la tierra, si estuvieren vestidas; después de lo cual, harán el ejercicio de la mañana, adorando profundamente á nuestro Señor, dándole gracias por todos sus beneficios, ofreciéndole sus corazones, sus afectos, sus resoluciones y todo su ser, en unión de la ofrenda amorosa que el Salvador hizo de sí mismo al Eterno Padre en el árbol de la Cruz, pidiéndole su amparo y su bendición, saludando á nuestra Señora, rogándola también que las bendiga, así como al Angel de su guarda

y santos Protectores, añadiendo el *Pater noster*, etc. si les parece.

Todo esto se ha de hacer con presteza, brevedad y de rodillas; y el tiempo restante, ocuparán su espíritu pensando en el punto de meditación.

En verano harán la cama, y si pueden, se lavarán las manos y la boca antes de la oración, por lo cual es necesario sean muy diligentes en levantarse y vestirse.

Se formarán en el ejercicio de la oración, según las instrucciones de la *Intro-*



*ducción á la vida devota, del Tratado del Amor de Dios, de las Conferencias espirituales, y semejantes libros que traten de esta materia ; pero particularmente siguiendo el atractivo é impulso del Espíritu Santo, y la dirección que les sea dada, sin detenerse jamás en sutilezas ni vanas sublimidades, que no son sino engaño é ilusión. La práctica seria de este ejercicio, es de las más importantes que hay en la Religión y en la vida espiritual.*

*De la manera de dirigir la intención en todos los ejercicios.*

ARTÍCULO III

Las Hermanas que deseen adelantar y prosperar en el camino de nuestro Señor, deben, al comenzar todos sus actos, tanto interiores como exteriores, pedirle su gracia y ofrecer á su divina bondad todo el bien que ejecutaren, preparándose de esta suerte á llevar con paz y dulzura de espíritu la pena y mortificación



que en ello encontraren, recibéndolo como venido de la mano paternal de nuestro buen Dios y Salvador, cuya intención santísima es hacerles merecer por estos medios, para recompensarlas con la abundancia de su amor. No descuiden esta misma práctica en las cosas pequeñas, y á su parecer, de poca importancia; y hasta en aquello mismo que les sea agradable y conforme á su voluntad y necesidad, así como beber, comer, descansar, recrearse y semejantes, á fin de que, según aconseja

el Apóstol, cuanto hicieren sea en nombre de Dios, y sólo por su beneplácito.

*Del Oficio divino.*

ARTÍCULO IV

Ordinariamente rezarán las Hermanas el Oficio Parvo de nuestra Señora, porque esta Congregación ha sido particularmente fundada para retiro de las débiles, y en honor de la bienaventurada Madre de Dios y Señora nuestra.

Los domingos y fiestas de precepto, añadirán las



conmemoraciones señaladas en el *Directorio* del Oficio.

Tendrán en particular recomendación la sencillez y prontitud á la obediencia y, por tanto, tan pronto como se toque al Oficio, han de correr á la voz del Esposo que las llama; es decir, que deben partir con alegría al primer golpe de campana, y poniéndose en la presencia de Dios, preguntar á sus almas, á ejemplo de San Bernardo: «¿A qué vamos al coro?» Semejante método podrán obser-

var en los demás ejercicios, á fin de llevar á cada uno de ellos el espíritu que le es propio, porque no corresponde á la recreación el recogimiento y atención que corresponde al coro.

En aquellos actos que inmediatamente se refieren al honor y servicio de Dios, se requiere un espíritu humildemente abatido, grave, devoto y seriamente amoroso. Por tanto, antes de dar principio al Oficio, excitarán sus almas á semejantes afectos, y después del acto de adoración,



ofrecerán al Señor esta acción para gloria suya, honra de la santísima Virgen nuestra Señora, y por la salvación de todas las criaturas.

Al decir *Deus in adjutorium*, etc., deben pensar que nuestro Señor les responde: « Estad también atentas á mi amor.»

Y para conservar el respeto y atención convenientes, consideren de cuando en cuando, el honor y la gracia que es para ellas emplearse en la tierra en el mismo oficio en que los An-

geles y los Santos se emplean allá en lo alto del cielo; pues si bien en distinto lenguaje, pronuncian las alabanzas del mismo Señor, cuya grandeza y majestad hace temblar á los más encumbrados Serafines.

Las que entendieren algo de lo que dicen en el Oficio, empleen fielmente este talento, según el beneplácito de Dios, que se lo da para ayudarlas á estar recogidas por medio de los buenos afectos que pueden sacar; y las que nada entendieren, permanezcan sencillamente



atentas á Dios, dirigiéndole amorosas aspiraciones mientras el otro coro dice su versículo, y ellas hacen pausa.

Perola principal atención y el mayor cuidado que deben tener las que aún no están habituadas al Oficio, ha de ser pronunciar bien, marcar los acentos, las pausas é intermedios, y prevenir lo que tienen que decir, según los cargos que se les confiaren, estando prontas para empezar y hacer las ceremonias con gravedad y atención, sin exceder en el

temor de faltar, ni en la presunción de hacerlo bien.

En suma: tendrán las Hermanas especial interés y cuidado en que el Oficio sagrado se celebre con toda la reverencia y devoción que á la divina Majestad son debidas, y en que se observe el ceremonial.

*Del modo de oír la santa  
Misa.*

ARTÍCULO V

Mientras se prepara el sacerdote, deben actuarse



en la presencia de Dios, y cuando dice el *Confiteor*, póstrese en espíritu delante de Dios, reconociendo sus pecados, detestándolos y pidiéndole perdón de ellos. Después pueden rezar el Rosario, ó alguna otra oración que más les agradare hasta el Evangelio, al cual han de levantarse prontamente, para testificar que están prontas á caminar por la senda de los preceptos del Evangelio, diciendo: « Jesucristo fué obediente hasta la muerte, y muerte de Cruz. » Y hacien-

do la señal de la Cruz sobre la frente, la boca y el corazón, dirán: « Dios esté en mi alma, en mi boca y en mi corazón, para recibir su Santo Evangelio. » Si se dice el Credo, deben decir el común, protestando mentalmente que quieren vivir y morir en la fe de la santa Iglesia.

Después de *Sanctus*, consideren con gran humildad y reverencia el beneficio de la Muerte y Pasión del Salvador, suplicándole se digne aplicarla por la salvación de todo el mundo, par-



ticularmente por la nuestra y la de todos los hijos de su Iglesia, para gloria y felicidad de todos los Santos, y alivio de las almas del Purgatorio.

A la elevación del Santísimo Sacramento, le adorarán con gran contrición de corazón; después, uniéndose al sacerdote, se lo ofrecerán á Dios Padre por la remisión de nuestros pecados y de los de todo el mundo, ofreciéndose á sí mismas con El en unión de toda la Iglesia.

Después de la elevación,

han de dar gracias á Jesucristo por su Pasión, y por la institución de este santísimo Sacrificio del altar.

Cuando el sacerdote dice el *Pater noster*, deben decirlo también, vocal ó mentalmente, con gran humildad y devoción, como si lo oyeran decir á nuestro Señor, y lo repitieran con El palabra por palabra. Después de lo cual, si no quieren comulgar sacramentalmente, deben comulgar espiritualmente, acercándose á nuestro Señor por un gran



deseo de unirse á El y de recibirle en su corazón.

A la bendición, represéntense que al mismo tiempo nos da Jesucristo la suya.

*Del Examen de conciencia.*

ARTÍCULO VI

Dos veces al día harán examen las Hermanas, á saber: por la noche después de Maitines, y por la mañana, después de Nona, de esta suerte: Después del *Pater noster*, *Avemaría* y *Credo* que se rezan al final

de los Oficios, darán al Señor gracias por todos sus beneficios, en especial por el de su santísima Pasión, por la institución de sus divinos Sacramentos, por la gracia de la vocación, y porque se ha dignado conservarlas en aquel día, proveyendo bondadosamente á todas sus necesidades. Han de confesar y reconocer delante de Dios, que no pasó el día sin que en algo le hayan ofendido; mas como somos ciegos en lo que nos toca, deben suplicar al Espíritu Santo gra-



cia y luz para reconocer bien sus faltas.

Después de esto, dirán el *Confiteor* hasta *mea culpa*, y examinarán sus acciones, palabras y pensamientos, desde el precedente examen.

Habiendo hallado el número y especie de sus pecados, los reunirán á los del último examen, y de todos juntos pedirán humildemente perdón á nuestro Señor, terminarán el *Confiteor*, y formarán firme propósito de enmendarse mediante la gracia de Dios, la cual le

pedirán con todo el afecto y devoción que puedan. Después, encomendarán á la divina Misericordia su alma, su cuerpo y todo su ser; rogarán por la santa Iglesia, por sus parientes y por todos aquellos á quienes deban especial obligación, sin olvidar las almas del purgatorio; saludarán á nuestra Señora, á su santo Ángel y santos Protectores.

Si al examinarse no pudieran encontrar faltas, humíllense profundamente delante de Dios, dándole gracias y confesando haber co-



metido muchas culpas, que ni recuerdan ni conocen.

Les será sumamente útil para facilitar el examen, si cuando durante el día caen en alguna falta, se examinan en el acto, mirando brevemente la causa que las movió á cometerla, humillándose en presencia de Dios, y grabando aquello en su mente para recordarlo en el examen de la noche.

En el de la mañana no se exige tanta formalidad; basta que después del *Pater noster*, *Ave María* y *Credo*, digan el *Confiteor*, y consi-

deren brevemente cómo se han conducido aquella mañana en el Oficio y la oración, y si encuentran alguna falta, júntenla á las que de antes tuvieron, haciendo un acto de contrición con firme propósito de la enmienda.

Para ayudar á la memoria á conocer bien las faltas, examinarán cómo se portaron en la oración, en el Oficio, en el silencio, en las reuniones de Comunidad, y si se han ocupado en alguna otra cosa extraordinaria; también examinarán



la materia de su conversación cuando hubieren tenido licencia de hablar en particular, por ser fácil faltar en tales ocasiones.

Además del examen general, podrán llevar el particular, el cual se hace de aquella virtud que más conviene y se opone más directamente á las imperfecciones á que se tiene mayor inclinación.

Y no solamente podrán las Hermanas practicar este examen consigo mismas, mas también podrán todas, cerca de las fiestas solem-

nes y cuando la Superiora lo tenga por conveniente, proponerse entre sí algún empeño ó empresa, para excitarse á la práctica de algunas virtudes.

### *De la Refección.*

#### ARTÍCULO VII

No irán las Hermanas al refectorio sólo para comer, sino también por obedecer á Dios y á la Regla, para oír la lectura espiritual, decir las culpas, recibir las advertencias, y ejercitarse en las penitencias que ordi-