

**EJERCICIO DE LA MAÑANA**

*que, por ser breve, sencillo y tender inmediatamente á la unión amorosa de nuestra voluntad con la de Dios, podrá practicarse por las personas que se hallaren en sequedad, desolación ó debilidad física, ó bien abrumadas de ocupaciones.*

**PUNTO PRIMERO**

Postrada de rodillas y profundamente humillada ante la incomprensible Majestad de Dios, adorad su

inmensa bondad, que desde toda la eternidad, os nombró por vuestro propio nombre, y resolvió vuestra salvación, destinándoos para ello entre otros medios, este presente día, para que en él practicaseis obras de vida y de santificación, según está dicho por el Profeta: «Con caridad eterna te amé, por eso te atraje á mí, teniendo piedad de ti.»

**PUNTO SEGUNDO**

Penetrada de este verdadero pensamiento, unid vuestra voluntad á la de

vuestro benignísimo y misericordiosísimo Padre celestial, por tales palabras como estas, proferidas de lo íntimo del corazón: «¡Oh dulcísima voluntad de mi Dios, sed eternamente cumplida! ¡Oh designios eternos de la voluntad de mi Dios, yo os adoro, consagrándoos y dedicándoos mi voluntad para eternamente querer lo que eternamente habéis querido! ¡Oh, cumpla yo hoy, y siempre y en todas las cosas, vuestra divina voluntad, dulcísimo Criador mío! ¡Sí, Padre ce-

lestial, pues tal fué vuestro beneplácito desde toda la eternidad! Así sea. ¡Oh Bondad amabilísima, sea como lo habéis querido! ¡Oh voluntad eterna, vivid y reinad en mi voluntad y sobre todo mi querer, ahora y siempre!»

PUNTO TERCERO

Invocad después de esto el socorro y auxilio divino, con estas ó semejantes súplicas, pero formadas interiormente en el fondo del corazón: «¡Oh Dios, ayúdame, y extended vuestra

mano caritativa sobre mi debilidad y miseria! ¡He aquí, Señor, este pobre y mezquino corazón, que por vuestra bondad tantas veces ha formado muchas santas resoluciones; mas, ¡ay!, que es demasiado débil y miserable para efectuar sin vuestro auxilio, el bien que desea! Invoco á la santísima Virgen María, á mi santo Angel y á toda la Corte del Cielo. Haced, si os agrada, que su favor me sea ahora propicio.»

## PUNTO CUARTO

De este modo uniréis viva, ardiente y amorosamente vuestra voluntad á la de Dios, y después, entre las acciones del día, tanto espirituales como corporales, repetid frecuentemente lo mismo; es decir, renovad y confirmad de nuevo la unión hecha por la mañana, fijando sencillamente una mirada interior sobre la divina Bondad, diciendo como quien se afirma en lo propuesto: «Sí, Señor, yo lo quiero!» O bien solamente:

«¡Sí, Señor; sí, Padre mío; sí, y siempre sí!» Podréis también, si os parece, hacer la señal de la Cruz, ó besar la que lleváis, ó alguna imagen, todo lo cual significará que en absoluto queréis y aceptáis lo que la providencia de Dios quiera, la cual adoráis y amáis con todo corazón, uniendo inseparablemente vuestra voluntad, á esta voluntad suprema.

PUNTO QUINTO

Pero estos suspiros del corazón, estas palabras in-

teriores, han de ser pronunciadas suave y tranquilamente, firme, pero pacíficamente; y, digámoslo así, como destiladas y deslizadas por lo más delicado del alma, del modo que se dice al oído de un amigo aquella palabra que se quiere hacer penetrar en su corazón, sin que nadie lo aperciba; porque estas palabras sagradas, así deslizadas y destiladas por lo íntimo del espíritu, lo penetrarán y enternecerán más profunda y eficazmente, que si se dijeran á modo de aspiraciones

134 *Ejerc. de la mañana.*

ú oraciones jaculatorias.  
La experiencia os lo hará  
conocer, con tal que seáis  
humildes y sencillas. Amén.

¡DIOS SEA BENDITO!

## ÍNDICE DE LOS CAPÍTULOS

CONTENIDOS

*en las Reglas y Constituciones  
de la Visitación.*

	<u>Páginas.</u>
Prólogo de San Francisco de Sales, Obispo de Ginebra, á las Hermanas del Monasterio de la Visitación de Annecy . .	5
Reglas del Instituto de San Agustín para las Religiosas..	73
CAPÍTULO I.—Del amor de Dios y del prójimo .....	73
CAP. II. De la unión de los corazones, .....	74
CAP. III. De la Comunidad en todas las cosas .....	74
CAP. IV. De distribuir á cada una según lo que necesite....	75