

císima para sanar todos mis males, aplicándomela por medio del sacramento de la Penitencia, que acabo de recibir; y os doy infinitas gracias por tan grande beneficio, y quisiera que el cielo y la tierra os alabasen por mí por haberme hecho tan señalada merced: os quedo por ella tan agradecido, Señor, que ahora en la tierra y despues en el cielo cantaré eternamente vuestras misericordias. Concededme, Padre, Criador y Redentor mio, un perdon general y una indulgencia plenaria de todos mis pecados. ¡Ay cuánto me pesa de haberlos cometido!... Concededme esta gracia por los méritos de vuestra pasion y muerte santísima, y por los de la Virgen santísima, Madre vuestra y mia. Propongo hacer penitencia para satisfacer en cuanto pueda á la divina Justicia; cuanto en lo sucesivo haga y padezca, lo ofrezco, Señor, á mayor honra y gloria vuestra y en satisfaccion de mis culpas y pecados. ¡Ah, Señor! si hasta aquí os ofendí y agravié, en adelante os quiero amar, y os amaré con todo el afecto de mi corazon. No permitais, Señor, que mis enemigos se valgan otra vez de mi flaqueza, ni que de nuevo me hagan tragar el vómito de mis pecados que arrojé á los piés del confesor; para eso me apartaré de todas las personas y lugares que me han servido de ocasion de pecar, valiéndome de todos los medios que el confesor me insinuó, y sin omitir además los que yo conociere ser adecuados. Concededme esta gracia, Señor,

pues os la pido por la intercesion de la santísima Virgen María, de todos los Ángeles y Santos; y no dudo la recibiré, porque mi sincera peticion estriba en vuestros méritos y misericordia infinita.

Si tienes ocasion y espacio, cumplirás inmediatamente la penitencia que te impuso el confesor, á no ser que él haya dispuesto otra cosa; y si no puedes inmediatamente, la cumplirás cuanto antes.

CAPÍTULO XXXI.

Preparacion para la comunion.

Ya sabes que son cuatro las cosas indispensables para recibir debidamente al Señor; esto es, ayuno natural, limpieza de conciencia, conocimiento y deseo.

1.^a El *ayuno natural* consiste en no haber comido ni bebido cosa alguna desde la media noche hasta haber recibido al Señor. Pero quiero que sepas que este ayuno no se quebranta con solo meter en la boca alguna de aquellas cosas que no se mascan, un alfiler, por ejemplo, cordon, pañuelo, etc.: como tampoco si lavándose la cara entra en la boca alguna gota de agua con la respiracion; ni con la sangre que puede salir de las encías; ni con tragar con la saliva las reliquias que de la cena hubieren quedado entre las muelas ó dientes. Tampoco, por fin, impide la comunion el no haber dormido en toda la noche.

2.^a Hay *limpieza de conciencia* cuando no hay en ella pecado alguno mortal. Pero como no pocas veces el demonio trata de impedir la comunión con traer á la memoria algunas faltas olvidadas en la confesion, debemos advertirte que si estas faltas son solo leves bastará que te duelas de ellas, y que comulgues con tranquilidad; pero si fuesen graves, vuelve al confesor si cómodamente puedes, y acúsate de ellas; mas si esto no te es fácil, por hallarte ya entre los que van á comulgar, y con peligro de ser notado, de causar admiracion ó escándalo, bastará que allí mismo hagas un acto de contrición con el corazon con propósito de confesarte, y ya puedes comulgar con tranquilidad; porque has de saber que semejantes faltas, en virtud del dolor universal que trajiste, de la absolucion que te dió el confesor, y de la gracia que causa el Sacramento, te fueron perdonadas: solo falta, pues, sujetarlas al tribunal de la Penitencia, y este precepto lo cumplirás diciendo las faltas en la siguiente confesion.

3.^a *Conocimiento* tiene el que reflexiona y sabe quién es Cristo que está en la hostia consagrada que va á recibir, y quién es el hombre que le recibe.

4.^a Por *deseo* entendemos aquellas amorosas ansias y anhelo que debe tener tu alma de hospedar al Señor en tu pecho: y entiende que cuanto mas fervorosas sean estas ansias, tanto mayores serán las gracias que te concederá Jesucristo.

ARTÍCULO 1.^o— *Modo práctico de comulgar con gran utilidad.*

Antes de comulgar considera atentamente quién es Jesucristo á quien vas á recibir, y quién eres tú.

Jesucristo es Dios y hombre verdadero: en cuanto Dios, es Hijo del eterno Padre; es Dios como él mismo; es poderosísimo, riquísimo, sapientísimo; es aquel Dios á cuya presencia tiemblan las columnas del firmamento, y por cuyo respeto se cubren los Serafines el rostro con sus alas; él es á quien sirven innumerables Ángeles; es el Autor de la naturaleza, y á quien esta respeta y venera como á su Criador y Dueño, y observando con la mayor fidelidad sus leyes. En cuanto hombre es Hijo de la santísima Virgen, el mas hermoso y el mas perfecto de todos los hombres; y siendo Dios y hombre se ocultó bajo el velo de los accidentes, para así poder entrar en nuestro interior, ser nuestro alimento y vida, y llenarnos de todos los bienes.

Y tú, ¿quién eres? ¡Ah!... eres un compuesto de alma y cuerpo: en cuanto al alma eres una criatura ignorante, concebida en pecado, ingrata á los beneficios de Dios, perezosa para el bien, pronta é inclinada al mal, de suerte que á no haberte sostenido el brazo del Señor, habrías caído en pecados los mas enormes; y aun mas, estarias ardiendo en los infiernos. En cuanto al cuerpo

eres un miserable, sujeto á todos los males y á la muerte; eres lodo, eres tierra, eres polvo, eres una sombra, eres nada...

¡Y ese Dios tan noble quiere venir á tí, que eres tan miserable! Por lo mismo procurarás adornar tu alma, que suponemos ya está en gracia y acompañada de las indispensables virtudes, cuales son fe, reverencia, temor, humildad, confianza, deseo y amor. Al cuerpo le dispondrás también con el ayuno natural, con la limpieza de manos y cara, y peinado el cabello, aunque no á lo mundano, y con un vestido decente; y por fin recogerás los sentidos, esto es, no mirarás, ni hablarás con otros sin necesidad.

ARTÍCULO 2.º— *Oracion para antes de la comunión.*

Señor mio Jesucristo, criador y conservador del cielo y de la tierra, padre el mas amoroso, médico el mas compasivo, maestro sapientísimo, pastor el mas caritativo de nuestras almas; aquí te neis á este miserable pecador, indigno de estar en vuestra presencia, y mas indigno aun de acercarme á ese banquete inefable. ¡Ay, Señor! cuando considero vuestra infinita bondad en querer venir á mí, me pasmo... y al mirar la multitud de pecados con que os ofendí y agraví en toda mi vida, me confundo, me ruborizo, y me siento compelido á deciros: Señor, no vengais... apartaos de mí, porque soy un miserable pecador. Si el Bautista no se juzgaba digno de desatar las correas

de vuestro calzado, ¿cómo mereceré yo tan grande honor?... Si el temor y respeto hace que tiemblen los Ángeles en vuestra presencia, ¿podré yo no temblar al presentarme y sentarme á vuestra mesa divina? Si la santísima Virgen, aunque destinada para ser vuestra Madre, y condecorada con todas las excelencias, prerogativas y gracias posibles en una pura criatura, se considera sin embargo como una esclava é indigna de concebirnos en sus purísimas y virginales entrañas, ¿podré yo miserable pecador, lleno de imperfecciones y defectos, tener valor para recibirnos en mi interior? ¡Ay, Señor! ¿no os horroriza este delincuente?... ¿no os causa asco el venir á mí, y entrar en tan vil é inmunda morada?

En verdad, Señor, que yo no tuviera valor para acercarme á Vos si primero no me llamáseis, diciéndome como á otro Zaqueo, no una vez sola, sino tantas cuantas son las inspiraciones con que me dais á conocer el deseo que teneis de venir á mí: *Zaqueo, pues hoy quiero hospedarme en tu casa.* Pero ¿qué es lo que os mueve á venir á mí, Señor? ¿Mis méritos? ¿mis virtudes? ¿Cómo hablará de virtudes y méritos un pecador como yo? ¡Ah! ya lo entiendo, Señor; mis miserias, mi pobreza... esto es lo que os mueve. ¡Oh exceso de amor!

Vos dijisteis que no son los sanos los que necesitan del médico, sino los enfermos; y hé aquí por qué quereis venir: veis mi urgente necesidad,

y el deseo de remediarla os impele. En efecto, Señor, es tal el estado de mi alma, que puedo decir con verdad: de la planta del pié á la coronilla de la cabeza no hay en mí parte sana: ¡tantas son mis imperfecciones! No obstante, aquí me tenéis, Señor; preséntome á Vos cual otro mendigo al rico, para que remedieis mis miserias, y para que me libreis del ahogo de mis faltas é imperfecciones; iré, porque las grandes enfermedades que me aquejan solo Vos podeis remediarlas: una mirada compasiva, divino Médico, y quedarán sanas mis potencias y sentidos.

Párate aquí un poco, y descúbrele confiado todos tus males corporales y espirituales, y despues prosigue:

Virgen santísima, ya que compadecida de los esposos de Caná de Galilea los sacásteis del apuro, alcanzándoles de Jesús aquella milagrosa conversion del agua en vino, pedidle tambien que obre en mi favor un prodigio semejante, concediéndome las gracias que para recibirle dignamente he menester: á Vos nunca os dió un desaire; siempre sois atendida; interesaos, pues, por mí; haced en mi favor cuanto podeis, ¡oh cuánto lo necesito!

Ángeles santos, veis que voy á sentarme á la santa mesa, y comer al que es vuestro pan; alcanzadme que yo vaya con el vestido nupcial, y ataviado con el adorno de todas las virtudes.

¡Oh Santos todos moradores del cielo! intere-

saos por mí, y haced que yo me llegue al augusto Sacramento, cual os llegábais vosotros, y que sacando de él los frutos que vosotros, pueda decir con verdad: Vivo yo, mas no yo, sino que vive en mí Cristo. Con esta fe, esperanza, confianza y amor me llevo á Vos, Señor y Dios mio.

ARTÍCULO 3.º — *Advertencia para antes de la comunión.*

Has de tener presente que los Sacramentos causan la gracia á proporcion de la disposicion de la que los recibe. Así como la lumbre prende mas pronto cuanto mas seco y resinoso está el leño á que se arrima, así tambien en cierto sentido puede decirse que la sagrada comunión, que es un fuego divino, enciende en nosotros la hoguera del divino amor á proporcion que nos halla mas separados del mundo, é inflamables por lo resinoso de las virtudes: y de aquí podrás inferir cuánta deberá ser tu diligencia en despojarte de todos los afectos terrenos, y ejercitarte en todas las virtudes.

Despues de preparado del mejor modo que hayas podido, y de haber llegado el sacerdote que ha de administrar la sagrada comunión, mientras abre el sagrario dirás el *Confiteor Deo*, ó el *Yo pecador*; luego avivará la fe y confianza, y mientras el sacerdote toma el copon, coge la sagrada Forma y dice *Ecce agnus Dei*, tú dirás:

Yo os adoro, ó sagrada Hostia, pan vivo y alimento de los Ángeles. Yo os adoro, ó Salvador

mio: á Vos creo, en Vos espero y á Vos amo.

Despues dirás tres veces con el sacerdote, y con el mayor fervor posible, las palabras del Centurion:

Domine, non sum dignus ut intres sub tectum meum, sed tantum dic verbo, et sanabitur anima mea.

Señor mio Jesucristo, yo no soy digno de que vuestra divina majestad entre en mi pobre morada; mas por vuestra santísima palabra mis pecados sean perdonados, y mi alma sana y salva.

Concluidas estas palabras calle la boca, y hable el corazon con fervorosos aunque breves actos de amor y deseo. Al acercarse el sacerdote con la sagrada Forma levantarás la cabeza, y con las dos manos te acomodará el paño debajo de la barba. Si el que da la comunión es el Obispo, besarás el anillo y luego abrirás moderadamente la boca, y sacarás un poco la lengua para que pueda cómodamente colocarse en ella la sagrada Forma; y recibida esta, cerrando la boca, dejarás que con la saliva que naturalmente fluye se humedezca, pero sin revolverla por la boca, y luego la pasarás. Mas si á pesar de estas diligencias se pegare en el paladar, guárdate de tocarla con los dedos; despégala empero con reverencia con la punta de la lengua, y si esto no basta, toma un poco de agua, y humedecida con ella pasará.

ARTÍCULO 4.º — *Advertencia para despues de la comunión.*

Despues de haber recibido al Señor te recogerás con todas tus potencias y sentidos, ó en la misma capilla ó en otra parte de la iglesia, para aprovechar esta ocasion, la mas favorable para negociar con él. No imites á Judas, que luego de haber comulgado se salió guiado por el demonio; ni lo que otros muchos cristianos, que á imitacion de aquel infeliz sálense tambien cuanto antes, prefiriendo ir con el demonio á estar con Jesús y pedirle mercedes. ¡Ay de los que así obran!... No hay por qué ocultarlo; estos tales son, cuando menos, gente sin educacion, grosera y sin finura: porque ¿no es verdad que la educacion y finura exigen que cuando un alto personaje viene á honrarnos en nuestra casa, se le obsequie á lo menos con una decente conversacion? Y si al tomar el asiento, ó al dirigirnos las primeras palabras, le dejáramos burlado, volviéndole la espalda, ¿no calificaria de salvaje grosería nuestro indecoroso proceder? ¿Qué título, pues, darémos á la brevedad con que algunos al acabar de comulgar se salen inmediatamente de la iglesia, cual si tal huésped divino no hubiesen recibido? ¿La llamaremos brutalidad?... ¡Oh! sí, brutos son; son lobos, no personas. ¿Qué no? Veámoslo. El lobo es un animal tan rapaz como voraz; amigo siempre de buenos bocados, no deja de

tragarse al gordo y bien cebado cordero, si puede hurtarlo; y sin embargo, por ordinaria condicion, siempre está macilento y flaco; y ¿por qué? porque no rumia. Lo mismo, pues, sucede á los cristianos de que hablamos; comen, sí, es verdad, ó mejor diremos, devoran y tragan el cordero sin mancilla Jesús, que borra los pecados del mundo, y sin embargo siempre los verás flacos en la virtud, á pesar de un tan excelente bocado; y tal vez ¡ah! ¡pluguiera á Dios que esto no fuera tanta verdad! tal vez en continuo pecado mortal. ¿Y por qué tan fatal desgracia? Porque como el lobo come su presa, así ellos comen el Cordero divino sin rumiarlo, sin pararse á considerar lo que han recibido. No los imites, pues, tú; antes bien consagra media hora, ó cuando menos un cuarto de hora, en cumplimentar y pedir mercedes al amorosísimo Dios que has tenido la dicha de recibir en tu pecho, al cual podrás dirigirte con la siguiente oracion.

ARTÍCULO 5.º — *Oracion para despues de la comunion.*

Gracias, amabilísimo Jesús, gracias infinitas os sean dadas por el inapreciable beneficio que acabais de hacerme, viniendo á mí, y dignándooş entrar en la pobre morada de mi corazon... ¿Y de dónde á mí tanta dicha? Os contemplo en los brazos de mi alma cual el anciano Simeon, y entusiasmado por tan divino tesoro exclamaré con él: Moriré gustoso, porque he logrado lo que tan-

to deseaba... he logrado la mayor dicha que en este mundo puede lograrse. ¿Qué gracias, pues, podré daros por esta gracia, que no solo contiene todas las gracias, sí que tambien al Autor de ellas? ¡Oh Angeles santos! alabad todos al Señor, y dadle por mí las gracias... ¡Oh Santos del cielo y justos de la tierra! ayudadme á dar á Dios las gracias por tan señalada merced.

¡Oh Virgen santísima!... Vos, que con tanta perfeccion supisteis corresponder á los singulares beneficios que os dispensó Dios, haced que yo sepa tambien corresponder y darle las debidas gracias; pero ya que esto me es imposible, dádselas por mí.

Quisiera, Dios mio, que cuantas criaturas hay en el cielo y en la tierra os dieran por mí las gracias; pero estoy bien convencido de que ni aun así corresponderia digna y debidamente: por esto, pues, os ofrezco á Vos mismo con todo mi cuerpo y alma, potencias y sentidos, de suerte que en adelante diré siempre con el apóstol san Pablo: *Vivo yo, pero no yo, sino que vive Cristo en mí.* ¡Oh Dios mio! de hoy mas seré siempre vuestro; adornadme por lo tanto como á cosa vuestra con cuantas virtudes sabeis que necesito para amaros y serviros con perfeccion.

Al veros hospedado en mi alma me lleno de admiracion y asombro, y entusiasmado cual la Magdalena, no sé desistir de contemplar vuestras misericordias infinitas. ¿Qué visteis, Señor, en mí

para que viniérais? ¿Virtudes?... pero ¿cómo, si estoy desnudo de ellas? ¿Méritos?... ¡ay! yo soy un miserable pecador. ¿Quién, pues, Bien mio, os movió? ¡Ay! yo lo sé: las miserias que me oprimen, y las necesidades bajo que me veis gemir. ¡Cuán bueno sois, ó mi buen Dios! Permitidme, pues, Señor, que abrace vuestros piés santísimos, y los riegue con lágrimas de ternura y amor: yo no me levantaré de vuestras plantas hasta que cual á la Magdalena, me concedais una indulgencia plenaria de todos mis pecados; ni os dejaré ir hasta que me hayais echado vuestra santa bendición.

¡Oh y cuánto os amo, Dios mio! ¡qué lástima que no os haya amado siempre! Al acordarme que tuve valor para ofenderos, cúbreseme de rubor el rostro, y un vivo dolor parte mi corazón. Si; con la sangre de mis venas quisiera borrar mis culpas. Quisiera que los días en que os ofendí y no os amé, no se computaran en el número de años que he vivido. Pero en adelante... ¡cielos y tierra, sed testigos de mi resolución! en adelante no os ofenderé mas, y os amaré, con vuestra gracia, con todo el afecto de mi corazón.

Y no solo eso, Señor, sino que procuraré que todo el mundo os ame, y que nadie os ofenda: y ya que os contemplo sentado en mi corazón como en un trono de misericordia, preparado para concederme gracias, y no solo instándome á que os las pida sino quejándoos de que hasta aquí no os

las haya pedido, enmendando mi negligencia os pido: lo 1.º que convirtais á todos los pobres pecadores: ¿no veis, Señor, cómo se precipitan de abismo en abismo? 2.º que concedais á los justos la perseverancia final en vuestro santo servicio: ¿de qué les serviría tener buen principio, si fuera desgraciado su fin? 3.º que librando de las penas del purgatorio á las benditas ánimas las lleveis á vuestra gloria: ¡bien sabéis cuánto os aman y anhelan por Vos! 4.º que á mis padres, amigos y bienhechores les concedais cuantas gracias necesiten: 5.º que triunfe en todas partes la Iglesia, y prospere nuestro reino: 6.º que bendigais á cuantos son acreedores á mis oraciones. Concedednos á todos vuestra divina gracia, vuestro santo amor y temor, y por último la gloria, en que vivís y reináis con el Padre y con el Espíritu Santo. Amen.

Concluida esta oracion, segun te lo permitan las circunstancias, considerarás despacio lo mucho que Jesús hizo y padeció por tí: procurarás unirte con los Ángeles que están en torno de Jesús, adorándole en tu pecho; y en honor de los nueve coros que ellos forman rezarás nueve veces el Padre nuestro, Ave María y Gloria Patri, ofreciendo los seis primeros á Jesús, á quien interiormente abrazarás, acordándole de sus cinco llagas y corona de espinas, y despues, para ganar la indulgencia plenaria que en el año 1821 concedió Pio VII (y que en otro decreto extendió á todos los días para los que

acostumbran confesar y comulgar cada ocho) dirás la siguiente

ORACION.

Miradme ¡oh mi amado y buen Jesús! postrado en vuestra santísima presencia: os ruego con el mayor fervor que imprimais en mi corazón los sentimientos de fe, esperanza, caridad, dolor de mis pecados y propósito de jamás ofenderos, mientras que yo, con todo el amor y con toda la compasión de que soy capaz, voy considerando vuestras cinco llagas, comenzando por aquello que dijo de Vos ¡oh mi Dios! el santo profeta David: *Han taladrado mis manos y mis piés, y se pueden contar todos mis huesos.*

Finalmente, rezarás los tres *Padres nuestros* que de los nueve restan, ofreciéndolos á la santísima Virgen para que te alcance la humildad, pureza y amor.

Si tienes espacio y te sientes movido de devoción, podrás pasar santamente algun rato en alguna de las meditaciones siguientes:—

1.^a MEDITACION.

Niño Jesús.

Si la santísima Virgen pusiese en tus brazos al niño Jesús, ¿qué le dirías? ¡Oh, cómo le adorarias!... No es exageracion, es una realidad; cuando has comulgado tienes á Jesús... Pídele, pues, su divino amor.

2.^a MEDITACION.

Jesús es luz, es sol de justicia.

Este mundo sin sol ¿qué sería? ¡oscuridad! ¡frialdad! ¡indigencia! Hé aquí lo que habria en él: pues el hombre sin Jesús sería aun mas infeliz que el mundo sin sol. Pídele por lo tanto que ilumine tu mente con su gracia, que caliente y encienda en tu pecho una hoguera de amor divino.

Considérale como padre, como esposo, como amante, como amigo, como maestro, como pastor, como médico; descúbrele tus faltas, tus inclinaciones depravadas, etc., y pídele remedio para todo.

Algunos despues de haber comulgado se juzgan como enfermos de sentidos y potencias, y que Jesús es el médico, y le dicen: Señor, curad estos mis ojos para que no miren lo que no deben; curad esta mi lengua parlera, mentirosa y murmuradora, etc.; curad estos mis oídos, mis manos, piés, etc.; curad mi entendimiento, mi memoria y voluntad. Sana mi alma, porque ha pecado. Dichoso el que con viva fe comulga, y cree que tiene á Jesús en su interior cuando acaba de comulgar; y feliz será el que con fervorosa esperanza le pidiere, que alcanzará como alcanzaron los ciegos, paralíticos y demás enfermos, como refiere el Evangelio.

Otros hay que tan pronto como han comulgado contemplan á Jesús como sentado en su corazón, y el alma llama á todas sus potencias y sentidos para que adoren á Jesús y les bendiga. Á la manera que cuando un gran señor va á una casa, que el dueño de ella presenta á este señor sus hijos y criados, y los ofrece á aquel señor; así el alma debe presentar á Jesús sus potencias y sentidos, y los ofrecerá á Jesús. Le entregará para siempre el corazón todo entero, y lo consagrará todo al amor de Jesús, y no amará á otro objeto que á Jesús y por Jesús.

Después de haberte ocupado santamente en alguna de estas consideraciones te retirarás con toda modestia, sin olvidar en todo el día tan gran favor. El que por la mañana asiste á bodas, todo el día anda de gala; así el que tuvo la feliz suerte de asistir á las bodas de Jesús, debe estar adornado de virtudes todo el día. Pero no solo en este día has de procurar vivir virtuosamente, y no cometer pecado alguno mortal, sino toda la vida, como de un jóven indio se lee en el ejemplo siguiente:

«Escribe un misionero de las Indias, que después de haber convertido á un jóven, haberle catequizado, bautizado y administrádole la sagrada Comunión, partió de allí para ir á predicar á otros pueblos: al año volvió allá el misionero, y como lo supiese el jóven se fué á él inmediatamente, y le pidió la santa Comunión.

«Con gusto, hijo, te la daré, díjole el misionero, pero es indispensable que antes te prepares con la confesión de los pecados cometidos en este año.—¿Qué es lo que oigo? respondió el jóven: ¡cómo! ¿es posible, Padre, que un cristiano, después de haber recibido á Jesús en su corazón por medio de la sagrada Comunión, lo arroje de él por el pecado, y coloque en su lugar al demonio? Dígame V., Padre, ¿es posible tanta ingratitud?... ¿tanta iniquidad?... ¿tanta maldad?»

Como este jóven, pues, has de procurar estar siempre en gracia, y desear la sagrada Comunión. ¡Oh, si á él le hubiese sido posible comulgar con frecuencia, qué tal lo hiciera! Comulga, pues, tú sacramentalmente cuantas veces pudieres con licencia del director, porque con ello ganarás mucha gloria; de suerte, que según la venerable María de Ágreda afirma haberle dicho la santísima Virgen, la gloria que tendrán muchos que han comulgado equivaldrá á la de muchos Mártires que no comulgaron; pero no pudiéndolo hacer sacramentalmente, suplelo con la espiritual, de que vamos á tratar.

ARTÍCULO 6.º — *Comunion espiritual.*

La comunión espiritual es la devoción mas fácil, breve y útil, á la par que la ocupación mas dulce y placentera. Puede hacerse en todo lugar, en todo tiempo, y sin haberla de pedir, sin per-

der tiempo, y sin que sufran atraso nuestras tareas ú ocupaciones, ni puedan impedirla las enfermedades: basta quererla. De aquí es que la beata Águeda de la Cruz comulgaba cien veces entre día, y otras tantas durante la noche; y la vida de la beata Juana de la Cruz puede decirse que era una no interrumpida comunión espiritual: tan fácil es. En cuanto á su utilidad, bastará decir que apareciéndose Jesucristo á la citada Juana, la dijo: Que la gracia que se la comunicaba con la comunión espiritual era tanta, cuanta recibía al comulgar sacramentalmente. Aunque sea menor la que á tí se comunique por ser menos fervoroso, siempre será mucha, si procuras hacerlo con toda la devoción y fervor que puedas.

Consiste, pues, esta comunión espiritual en un inflamado deseo de recibir á Jesús sacramentalmente, y participar de las gracias y favores que él prodiga á los que logran la feliz suerte de acercarse á la sagrada mesa; pero este deseo exige que no se tenga pecado mortal en la conciencia, ó que uno se excite primeramente á contrición de sus pecados. Para facilitarla, hé aquí el

MODO PRÁCTICO DE COMULGAR ESPIRITUALMENTE.

¡ Oh Jesús y Señor mio! creo firmísimamente que Vos estais realmente en el augusto Sacramento del altar. ¡ Ay Dios mio! ¡ qué feliz sería, y qué grande mi suerte si pudiera recibirlos en

mi corazón!... Espero, Señor, que vos vendréis á él y le llenaréis de vuestra gracia.

Os amo, mi dulcísimo Jesús... Siento el que no os haya amado siempre... ¡ Ojalá que nunca os hubiera ofendido ni agraviado, dulcísimo Jesús de mi corazón!... yo deseo recibirlos en mi pobre morada.

Aquí calla, adora, y entrégate á Jesús sin reserva. *Crede, et manducasti*, dice san Agustín: si con viva fe deseas comulgar, ya comulgaste espiritualmente.

CAPÍTULO XXXII.

Ocupaciones del jueves.

El jueves por la mañana se practicará lo mismo que en los demás días; pero la tarde será descanso, y si el tiempo lo permite saldrán fuera de la población, y ejercitarán las fuerzas físicas, ya sea paseando ó andando algo aprisa, ya jugando á los juegos gimnásticos, como hemos explicado en el capítulo...

Hay algunos maestros de espíritu que tienen la precaución de aconsejar á los estudiantes cuando el jueves salen al campo á jugar á los bolos, bochas, etc., á fin de que su espíritu no se disipe demasiado, les encargan que en cada jugada hagan un acto de presencia de Dios; que el que gane rece el salmo *Laudate Dominum omnes gentes, etc.*, y el que ha perdido que rece la *Salve á*

la Virgen: así se anima mas el juego y se estimula, y piensan en Dios y le alaban.

CAPÍTULO XXXIII.

Retiro espiritual de cada mes.

Este día de retiro mensual es muy conveniente para no entibiarse en el fervor, y tambien para enmendarse si en alguna cosa se va faltando, pues que, como dice un proverbio: *quien no coge la gotera ha de hacer la casa entera*. En este día se cotejará el último mes con los anteriores, y así conocerá cómo adelanta en la virtud y disminuye sus defectos.

Todos los días del mes son buenos para esto, y en el libro de los *Ejercicios* por Nos explicado hemos señalado el 25, por las razones que allí indicamos; pero para un seminarista es preciso que sea un domingo, por ser este día todo dedicado á cosas espirituales: y así desde ahora señalamos el primer domingo de cada mes, y se practicará lo siguiente:

1.º El sábado por la tarde el seminarista leerá los propósitos que hizo en los santos ejercicios, y en aquella tarde ó noche se confesará.

2.º El domingo por la mañana hará la meditación que está señalada al efecto en dicho libro de los *Ejercicios*, y por la tarde hará la otra meditación allí mismo señalada.

3.º En la misa comulgará con mas fervor y

devoción que las otras veces, y se detendrá mas tiempo en dar gracias, y en pedir á Jesús remedio para los defectos que todavía halla en su alma.

4.º Á las nueve asistirá á la capilla del Seminario para la misa y demás, con mas recogimiento y fervor.

5.º Á las tres de la tarde asistirá otra vez á la iglesia ó capilla del Seminario, en que se rezará el Rosario, se leerá el capítulo VII, en que se trata de la hermandad que han de tener la ciencia y la virtud en el seminarista. Se podrá leer tambien la Vida de san Luis, mayormente la manera con que estudiaba y practicaba la virtud, pues que algunos estudiantes fácilmente se resfrían con la tarea del estudio; y se concluirá con una plática que hará el señor Obispo ó el señor rector.

El seminarista pensará que el fin del retiro mensual es examinar mas profundamente su conciencia, tomar resoluciones mas eficaces para corregirse de sus faltas ordinarias, y escoger los medios mas á propósito para adelantar en las virtudes, recordando de un modo muy especial la muerte: y el fruto de este pensamiento será resolver eficazmente abstenerse de lo que no quisiera haber hecho en aquella hora de la muerte, y practicar ahora lo que en aquella le servirá de consuelo.

Profundizará bien su corazón, y verá cuál es su pasión dominante, v. g.: si el amor del mun-