

ORACIONES - EJERCICIOS ESPIRITUALES EN RETIRO

Índice

Oraciones de la mañana	<i>pág. 1</i>
Oraciones de la noche - Examen	<i>pág. 2</i>
Otras oraciones para rezar durante el día.	<i>pág. 3</i>
Visita al Santísimo Sacramento	<i>pág. 8</i>
Oraciones para la Comunión	<i>pág. 11</i>

ORACIONES DE LA MAÑANA

Por la Señal de la Santa Cruz...

Ofrecimiento del día a Dios.

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.

Señor y Dios mío, en quien creo, en quien espero y a quien adoro y amo con todo el corazón: te doy gracias porque me has creado, redimido, hecho cristiano y por haberme conservado la vida en esta noche.

Te ofrezco todos mis pensamientos, palabras, obras y trabajos del presente día, para mayor honra y gloria tuya, en penitencia de mis pecados, y en sufragio por las almas del purgatorio.

Dame, Señor, tu gracia para que pueda servirte fielmente en este día, y me vea libre, en todo momento, de todo pecado y de todo mal. Amén.

Padre Nuestro.

Tres Ave Marías.

Gloria.

Oración al ángel custodio.

Ángel de Dios, que eres mi custodio, ya que la soberana piedad me ha encomendado a ti, ilumíname, guárdame, rígame y gobiérname en este día. Amén.

ORACIONES DE LA NOCHE

Antes de acostarte, si fuera posible arrodillado, y hecha la señal de la cruz, haz esta oración:

Dios y Señor mío, en quien creo y espero, a quien adoro y amo con todo mi corazón, te doy gracias por haberme creado, redimido, hecho cristiano y conservado en este día. Dame la gracia de conocer mis pecados y arrepentirme de ellos.

*Hacer un **examen breve de conciencia**, siguiendo, por ejemplo, estas indicaciones:*

- 1°. Da gracias a Dios por los beneficios recibidos (especialmente durante el día);
- 2°. Pide la gracia, la luz, para conocer tus faltas y pecados y rechazarlos;
- 3°. Examina las faltas o pecados cometidos durante el día, particularmente tu defecto dominante;
- 4°. Pide perdón a Dios por todos esos pecados y faltas;
- 5°. Proponte, con la gracia de Dios, no volverlos a cometer mañana.

Examinar cómo me ha ido en los Ejercicios. Las siguientes preguntas pueden ayudar:

¿He dedicado a los *Ejercicios* el tiempo que me había previsto? ¿Busqué el lugar más adecuado? ¿Vencí las dificultades? ¿Estoy excesivamente apegado a algo? Ese apego ¿me impide hacer bien los Ejercicios y buscar la voluntad de Dios? ¿He buscado, al menos pidiéndole al Señor, el “grande ánimo y liberalidad” que me recomienda vivamente san Ignacio para sacar todo el provecho de los *Ejercicios*?

Oración.

Señor mío Jesucristo, he llegado al final de la jornada, y en tu nombre voy a descansar; pero antes de caer en la inconsciencia del sueño quiero reafirmar mi fe y mi amor a Ti. Cuando vivías en la tierra Tú también te fatigabas y dormías; quiero unir mi descanso a tu descanso y mi sueño a tu sueño; y que estas horas que viviré inconsciente sean también para gloria de Dios y bien de mi alma; quiero dormir bajo el amparo de tu Divina Presencia; que mi fe en Ti se mantenga viva en mi alma; y que el fuego de tu amor encienda mi corazón durante toda la noche y sea la luz de mi nuevo despertar. Amén.

Padre Nuestro. Tres Ave Marías. Gloria.

Himno de Completas *(la oración de la noche):*

Disipa la densa noche,
oh Cristo, día y fulgor,
Tú que eres Luz de Luz,
de los justos resplandor.

Si el sueño cierra los ojos,
te contemple el corazón;
proteja tu suave mano
a cuantos te aman, Señor.

A Ti, Cristo, Rey clemente,
y a Ti, Padre Creador,
con el Espíritu Santo
se tribute siempre honor.
Amén.

Custódiamme esta noche
con tu amor y con tu paz,
en Ti halleemos el descanso,
dulces horas de solaz.

Rechaza a nuestros rivales,
guárdanos, oh Defensor,
gobierna a todos los
hombres
que tu Sangre redimió.

Oración final.

Visita Señor, esta habitación, y aleja de ella las insidias del enemigo; que tus santos ángeles habiten en ella y nos guarden en paz y que tu bendición esté siempre con nosotros. Por Cristo

nuestro Señor. Amén. El Señor todopoderoso nos conceda una noche serena y una muerte santa. Amén.

OTRAS ORACIONES PARA REZAR DURANTE EL DÍA EN LOS EJERCICIOS O DESPUÉS

Acto de contrición. (puede servir para la confesión)

Pésame, Dios mío, y me arrepiento de todo corazón de haberte ofendido. Pésame por el infierno que merecí, y por el Cielo que perdí; pero mucho más me pesa, porque pecando ofendí a un Dios tan bueno y tan grande como Tú. Antes querría haber muerto que haberte ofendido, y propongo firmemente, con tu santa gracia, no pecar más, y evitar todas las ocasiones próximas de pecado.

Acto de fe.

Creo en Ti, Dios mío, porque eres la Verdad misma que no puede ni engañarse ni engañarme. Creo firmemente todo cuanto Tú has revelado y tu Santa Iglesia nos enseña. Señor, aumenta mi fe.

Acto de esperanza.

Confío en Ti, Señor, porque eres todopoderoso, lleno de misericordia, y siempre fiel a tus promesas. Espero, Dios mío, que me darás la Vida eterna, por los méritos de nuestro Señor Jesucristo y por las buenas obras que practicaré, ayudado de tu divina gracia. Señor, que no sea confundido eternamente, porque en Ti me confío. Acrecienta mi esperanza.

Acto de caridad.

Te amo, Dios mío, con todo mi corazón y sobre todas las cosas, porque eres infinitamente bueno y fuente de todo bien. Por amor tuyo, amo también a mi prójimo como a mí mismo. Señor, haz que te ame cada día más.

Oración al Espíritu Santo.

Ven, Espíritu Santo, llena los corazones de tus fieles y enciende en ellos el fuego de tu amor. Envía, Señor, tu Espíritu para darnos nueva vida, y renovarás la faz de la tierra. Oh Dios, que iluminas los corazones de tus fieles con las luces del Espíritu Santo, concédenos saber lo que está bien según el mismo Espíritu, y gozar siempre de sus consuelos. Por Cristo nuestro Señor. Amén.

Ofrecimiento de obras (de Mons. A. Tortolo).

1. Señor, este día lo tienes preparado para mí desde toda la eternidad con todos sus pormenores, sus problemas, sus cruces y sus goces. Sé que todo es gracia para mí y todo es providencia sobre mí. Tú estás en todo.
2. Señor, el deber de estado, el deber de cada instante, es lo único que puedes aceptar con gozo, además de exigirlo por justicia. Mi santidad, mi personalidad de santo depende sólo de mi fidelidad y de mi generosidad contigo a través de mi deber de estado.
3. Señor, Tú quieres redimir, salvar y santificar por mi intermedio. Soy tu instrumento. Pero como instrumento tuyo debo estar vitalmente unido a Ti, por medio de la gracia, y hacer contigo todas las cosas.

4. Señor, mi día entonces no será mío, sino tuyo. Convivimos en la misma casa, compartimos la misma vida, las mismas cruces, el mismo deber diario. Sólo así es real mi vida, y sólo así el día pertenece a la eternidad.

5. Señor, tu infinita misericordia me entregó a María Santísima como Madre. Su alma es mi alma. Y porque Tú, como Hijo, sigues viviendo en Ella, quieres que ambos vivamos en el alma de la Madre. Quiero ser cada instante más hijo de María para estar más unido a Ti.

6. Señor, quiero y acepto este día, con todos sus pormenores, como regalo personal tuyo. Quiero responder a tus designios eternos. Otórgame la gracia de no defraudar tu plan, y serte en todos los instantes generoso y fiel. Unido a Ti como instrumento tuyo dame la gracia de ser redención para mis hermanos los hombres.

Totus tuus (Juan Pablo II).

Virgen Madre de Dios, haz que yo sea todo tuyo.

Tuyo en la vida, tuyo en la muerte,
tuyo en el sufrimiento, en el miedo y en la miseria;
tuyo en la cruz y el doloroso consuelo
tuyo en el tiempo y en la eternidad.

Virgen Madre de mi Dios, haz que yo sea todo tuyo. Amén.

Consagración.

Señora y Madre mía. Yo me ofrezco todo a ti; y en prueba de mi filial afecto te consagro en este día: mis ojos, mis oídos, mi lengua, mi corazón; en una palabra, todo mi ser. Ya que soy todo tuyo, Madre de bondad, guárdame y defiéndeme como cosa y posesión tuya. Amén.

Bendita

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, yo te ofrezco en este día: alma, vida y corazón. Mírame con compasión, no me dejes Madre mía.

Oración (de la Legión de María)

Señor, concédenos a cuantos servimos bajo el estandarte de María, la plenitud de fe en Ti y confianza en ella, a la que se ha concedido la conquista del mundo.

Concédenos una fe viva que, animado por la caridad, nos habilite para hacer todas nuestras acciones por puro amor a Ti, y a verte y servirte en nuestro prójimo;

una fe firme e incommovible como una roca, por la cual estemos tranquilos y seguros en las cruces, afanes y desengaños de la vida;

una fe valerosa que nos inspire comenzar y llevar a cabo sin vacilación grandes empresas por Dios y por la salvación de las almas;

una fe que sea la Columna de fuego de nuestra Legión, que hasta el fin nos lleve unidos, que encienda en todas partes el fuego del Amor de Dios, que ilumine a aquellos que están en oscuridad y sombra de muerte, que resucite a los muertos por el pecado; y que guíe nuestro pasos por el camino de la paz;

para que, terminada la lucha de la vida, nuestra Legión se reúna sin pérdida alguna en el reino de tu amor y gloria. Así sea.

Para las comidas.

Antes de comer: 1º. Bendícenos, Señor, a nosotros y bendice estos alimentos que vamos a recibir de tus manos generosas y providentes. Por Jesucristo nuestro Señor. El Rey de la eterna gloria nos haga partícipes de su mesa celestial. Amén.

2º. Bendícenos, Señor, a nosotros y a estos alimentos que vamos a tomar; bendice a quienes los han preparado, y da su pan a quienes no lo tienen. Por Cristo nuestro Señor.

3º. Bendice, Señor, los alimentos que vamos a tomar, haz que nos aprovechen para ocuparnos en tu santo servicio, y no permitas que falte el pan en la mesa de tus hijos. Amén.

Después de comer: Te damos gracias, Señor, por estos alimentos que hemos recibido de tus manos generosas y providentes. Por Jesucristo nuestro Señor. Amén. El Señor nos dé su paz y la vida eterna. Amén.

Otra oración breve.

Oh María, Madre mía, trono de la Sabiduría eterna: obtiene del Señor la gracia de estudiar con aplicación, aprender con facilidad, y retener con firmeza y seguridad, para gloria de Dios y salvación de mi alma. Amén.

Para el estudio (de Santo Tomás de Aquino).

Inefable Creador, que dispusiste tan primorosamente el universo, y recurriendo a tu sabiduría, sobre el empíreo cielo diseñaste, con orden admirable, la triple jerarquía de los ángeles; Tú principio eminentísimo que eres llamado fuente de luz y sabiduría, difunde tu claridad sobre las dos tinieblas de mi mente con las cuales he nacido, removiendo ambas: la del pecado y la ignorancia.

Tú que haces elocuente la lengua de los niños, habilita la mía, y pon tu bendición sobre mis labios. Dame agudeza para entender, capacidad para retener, facilidad y método para aprender, sagacidad para interpretar, y tu abundante ayuda para hablar. Muéstrame el ingreso, dirige mi progreso, concédeme el éxito. Tú, verdadero Dios y verdadero hombre, que vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén.

Consejos para el estudio.

(carta de Santo Tomás al hermano Juan)

Me has preguntado cómo te conviene estudiar de modo que llegues a adquirir el tesoro de la ciencia. Estos son los consejos que te doy:

1. No te lances de golpe al Océano, sino entra en él por los arroyitos, porque es conveniente que de lo más fácil desemboques en lo más difícil.
2. Quiero que seas tardo en hablar, y tardo para acudir allí donde se habla.
3. Conserva la pureza de conciencia.
4. No dejes de entregarte a la oración.
5. Gusta de frecuentar tu celda, si quieres ser “introducido en la celda del vino”.
6. Muéstrate amable con todos.
7. No quieras andar averiguando los hechos ajenos.
8. No seas demasiado familiar con nadie, pues el exceso de familiaridad engendra el menosprecio y da ocasión a sustraer tiempo al estudio.
9. No te entrometas de manera alguna en palabras y obras de los hombres de mundo.

10. Huye sobre todo del vano activismo.
11. No dejes de seguir la huella de los santos y de los hombres de bien.
12. No mires quién lo dice, mas lo que diga de bueno encomiéndalo a tu memoria.
13. Trata de comprender aquello que lees y que oyes.
14. Aclara tus dudas.
15. Esfuérzate por ubicar todo lo que puedas en el cofre de tu mente, como quien desea llenar un vaso.
16. No investigues las cosas que te superan.

Si sigues estos consejos llevarás y producirás, durante el tiempo de tu vida, hojas y frutos útiles en la viña del Señor de los ejércitos. Si te atienes a todo esto podrás alcanzar lo que desees.

Para los trabajos.

Tu gracia, Señor, inspire nuestras acciones, las sostenga y acompañe, para que todo nuestro trabajo brote de ti, como una fuente, y a ti tienda, como a su fin. Por nuestro Señor Jesucristo, tu Hijo, que siendo Dios vive y reina contigo, en la unidad del Espíritu Santo, por todos los siglos de los siglos. Amen.

Oración para ofrecer el trabajo.

Dios, Señor del cielo y de la tierra, Padre Creador, Hijo Redentor, Espíritu Santo santificador: te ofrecemos las obras de este día, nuestro trabajo, nuestras alegrías y nuestro cansancio.

Te ofrecemos, Señor, todas las cosas. Danos firmeza en nuestra vocación cristiana, paciencia para resistir las cosas que nos hacen sufrir, audacia para confesar tu santo Nombre, y sabiduría para encontrar la verdad. Nos consagramos a tu santa ley de caridad, nosotros que hoy queremos estar cerca de Ti. Amén.

Oraciones para diversas circunstancias.

(Para cuando se está desolado y triste): Señor Jesús, mi alma está triste y apenada; me siento solitario y desolado y todo me resulta fastidioso y molesto; por eso acudo a Ti para que me consueles en mi tristeza y me animes en mi pena; concédeme la alegría de los hijos de Dios, que son recreados por Ti con la luz de tu divina consolación. Amén.

(Para pedir la salud): Señor mío, Jesucristo, heme aquí con esta enfermedad, que hace padecer y me resta energías para cumplir mis tareas y obligaciones; invoco tu infinita bondad para que me alivies en mi dolor y me devuelvas la salud perdida.

Postrado ante Ti, te suplico como los enfermos del Evangelio: Señor, si Tú quieres, puedes curarme, y me pongo en tus divinas manos, dispuesto a acatar siempre tu santa voluntad. Amén.

(Para dominar el enojo o la ira): Señor Jesús, Tú dijiste: Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, heme aquí con el ánimo perturbado por el enojo, la ira y el disgusto; ayúdame vencer estos sentimientos tan contrarios a tu espíritu de amor; serena mi alma y apacigua mi corazón; concédeme el gozo de tu paz y la luz de tu celestial consuelo. Amén.

Novena al Sagrado Corazón de Jesús.

(Esta novena la recitaba diariamente el Padre Pío de Pietrelcina por todos aquellos que solicitaban sus oraciones):

1. ¡Oh Jesús mío!, que dijiste “en verdad os digo, pedid y recibiréis, buscad y hallaréis, llamad y se os abrirá.” He aquí que, confiado en tu Palabra divina, llamo, busco y te pido la gracia...

*Padre nuestro, Ave María y Gloria.
Sagrado Corazón de Jesús, en ti confío.*

2. ¡Oh Jesús mío!, que dijiste “en verdad os digo, todo lo que pidieréis a mi Padre en mi Nombre, Él os lo concederá.” He aquí que, confiado en tu Palabra divina, llamo, busco y te pido la gracia...

*Padre nuestro, Ave María y Gloria.
Sagrado Corazón de Jesús, en ti confío.*

3. ¡Oh Jesús mío!, que dijiste “en verdad os digo, los cielos y la tierra pasarán, mas mis palabras no pasarán.” He aquí que, confiado en tu Palabra divina, llamo, busco y te pido la gracia...

*Padre nuestro, Ave María y Gloria.
Sagrado Corazón de Jesús, en ti confío.*

¡Oh, Sagrado Corazón de Jesús, infinitamente compasivo con los desgraciados, ten piedad de nosotros, pobres pecadores, y concédenos la gracia que te pedimos por medio del Inmaculado Corazón de María, nuestra tierna Madre, y por la intercesión del Beato Padre Pío!

Acordaos (oración de San Bernardo).

Acordaos, oh piadosísima Virgen María, que jamás se oyó decir que ninguno de los que han acudido a tu protección, implorado tu asistencia y reclamado tu socorro, haya sido abandonado de Ti.

Animado con esta confianza, a Ti también acudimos, oh Madre, Virgen de las vírgenes, y gimiendo bajo el peso de nuestros pecados, nos atrevemos a comparecer ante vuestra presencia soberana.

Oh Madre de Dios, no despreciéis nuestras súplicas, antes bien escuchadlas y acogedlas benigneamente. Amén.

VISITA AL SANTÍSIMO SACRAMENTO.

Unos minutos en compañía de Jesús.

(Estás delante de Jesús, aquel Jesús de corazón tan misericordioso que iba en busca de los pecadores y sólo tenía para ellos palabras de generoso perdón; tan compasivo y bueno, que curaba a los afligidos y desgraciados, y con ellos lloraba; tan sencillo, que los niños, las muchedumbres, podían acercársele hasta tocarlo. Aviva tu fe. Contéplalo ahí, hecho Hostia, para poder acercarse más a ti, y como si su propia voz, saliendo del Sagrario, te hablase, óyelo con amor:)

No es preciso, hijo mío, saber mucho para agradarme mucho; basta que me ames con fervor. Háblame, pues, aquí, sencillamente, como hablarías al más íntimo de tus amigos, como hablarías a tu madre, a tu hermano.

¿Necesitas hacer a favor de alguien una súplica? Dime su nombre, bien sea el de tus padres, bien el de tus hermanos y amigos; dime enseguida qué quisieras que hiciese actualmente por ellos. 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 que tu corazón especialmente ama?

Y para ti, ¿no necesitas alguna gracia? Hazme, si quieres, como 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 pídemme que pronto venga en ayuda de los esfuerzos, pocos o muchos, que haces para sacudir de ti tales miserias.

No te avergüences, ¡pobre alma! ¡En el cielo hay 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 vaciles en pedirme bienes espirituales y corporales: salud, memoria, éxito feliz en tus trabajos, negocios o estudios. Te puedo dar todo eso, y lo doy, y deseo que me lo pidas con tal que no se oponga, sino que más bien favorezca y ayude a tu santificación. Hoy por hoy, ¿qué necesitas? ¿Qué puedo hacer por tu bien? ¡Si supieras los deseos que tengo de favorecerte!

¿Traes ahora mismo entre manos algún proyecto? Cuéntamelo todo minuciosamente. ¿Qué te preocupa? ¿Qué deseas? ¿Qué quieres que haga por tu hermano, o tu hermana, por tu amigo, por tu superior? ¿Qué desearías hacer por ellos?

Y por mí, ¿no sientes deseos de mi gloria? ¿No quisieras poder hacer algún bien a tus prójimos, a tus amigos, a quienes amas mucho y que viven, quizá, 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 su 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, a semejanza de Mí, todo lo perdonas, todo lo olvidas, y, en pago, recibirás mi consoladora bendición.

¿Acaso temes? ¿Sientes en tu alma aquellas vagas melancolías, que no por ser infundadas dejan de ser desgarradoras? Échate en brazos de mi Providencia. Estoy contigo; me tienes aquí a tu lado; todo lo veo, todo lo oigo, ni un momento te desamparo. ¿Sientes indiferencia 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 volveré a tu lado si no han de ser obstáculo a tu santificación.

¿Y no tienes, tal vez, alguna alegría que comunicarme? ¿Por qué no me haces partícipe de ella? ¿acaso no soy un buen amigo? Cuéntame lo que te sucede desde ayer, lo que ha consolado y hecho sonreír tu corazón desde la última visita que me hiciste. Quizá has tenido sorpresas agradables; quizá has recibido buenas noticias, alguna carta o muestra de afecto, has vencido alguna dificultad o salido de algún lance apurado. Todo esto es obra mía, y Yo te lo he proporcionado; ¿por qué no has de manifestarme tu gratitud por ello?, y decirme sencillamente, como un hijo a su padre: ¡Gracias, Padre mío, gracias! El agradecimiento trae consigo nuevos beneficios, porque al bienhechor le agrada verse correspondido.

¿Tampoco tienes alguna promesa que hacerme? Ya sabes que leo en el fondo de tu corazón. A los hombres se los engaña fácilmente, pero a Dios, no. Háblame con toda sinceridad. ¿Tienes firme resolución de no exponerte más a aquella ocasión de pecado, de privarte de aquello que te dañó, de aquel libro, o programa de televisión que exaltó tu imaginación, de no tratar más con aquella persona que turbó la paz de tu alma?

¿Volverás a ser amable y condescendiente con aquella otra persona, que quizás por haberte hecho algo, has mirado hasta hoy como enemiga?

Ahora bien, hijo mío; vuelve a tus ocupaciones habituales: al trabajo, a tu familia, al estudio..., pero no olvides los minutos de grata conversación que hemos tenido aquí los dos, en la soledad del santuario. En cuanto puedas, guarda silencio, modestia, recogimiento, 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 generoso, más entregado a mi servicio. En mi Corazón encontrarás cada día nuevo amor, nuevos beneficios, nuevos consuelos.

Oración para la comunión espiritual:

Señor, creo que Tú estás realmente presente en el Santísimo Sacramento. Te amo sobre todas las cosas y deseo recibirte... Pero ya que no puedo recibirte sacramentalmente, ven a mi corazón, al menos espiritualmente...

Como si ya te hubiese recibido, te abrazo y me uno a Ti. No permitas que nunca me separe de Ti.

(Encontrarás abundante material para tus visitas al Santísimo, en Kempis, Imitación de Cristo, l.4, cc.1-18).

El bendito.

(Como acción de gracias por la jornada vivida, puedes rezar):

Bendito sea Dios.

Bendito sea su Santo Nombre.

Bendito sea Jesucristo, verdadero Dios y verdadero hombre.

Bendito sea el Nombre de Jesús.

Bendito sea su Sacratísimo Corazón.

Bendita sea su Preciosísima Sangre.

Bendito sea Jesús en el Santísimo Sacramento del altar.

Bendito sea el Espíritu Santo Consolador.

Bendita sea la excelsa Madre de Dios, María Santísima.

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.

ORACIONES PARA LA COMUNIÓN.

(“Tengan devoción a Jesús sacramentado y a María Santísima y verán lo que son los milagros” San Juan Bosco).

Oración para prepararse a recibir la Comunión

(de Santo Tomás de Aquino).

¡Oh Dios todopoderoso y eterno! Me llego al Sacramento de tu Hijo, Jesucristo nuestro Señor; me acerco como enfermo al médico de la vida, como leproso a la fuente de la misericordia, como ciego a la luz de la claridad eterna, como pobre y necesitado al Señor de cielos y tierra.

Ruego, pues, a tu inmensa bondad que te dignes sanar mi enfermedad, lavar mi inmundicia, iluminar mi ceguera, enriquecer mi pobreza y vestir mi desnudez, para que me acerque a recibir el Pan de los Ángeles, al Rey de reyes y Señor de los que dominan, con gran reverencia y temor; con mucho dolor y amor verdadero, con tanta pureza y fe, con tales intenciones y propósitos como convienen a la salud de mi alma.

Concédeme te pido, que reciba no sólo el Sacramento de tu Santísimo Cuerpo, sino también la virtud y gracia del Sacramento. ¡Oh benignísimo Dios! dame que reciba el Cuerpo de tu Unigénito Hijo y Señor nuestro, Jesucristo, formado de la Virgen María, de tal modo que merezca ser incorporado a su Cuerpo místico, la Iglesia, y ser contado entre sus miembros. ¡Oh Padre amantísimo!, concédeme poder contemplar eternamente y cara a cara en el cielo a vuestro amado Hijo, al cual me dispongo ahora a recibir bajo el velo de la fe en esta vida mortal, y que contigo vive y reina, en la unidad del Espíritu Santo, por todos los siglos de los siglos. Amén.

Oración para después de recibir la Eucaristía

(Santo Tomás de Aquino).

Gracias te doy, Señor Dios, Padre Todopoderoso, por todos los beneficios y especialmente porque has querido admitirme a la participación del sacratísimo Cuerpo de tu Unigénito Hijo. Te suplico, Padre lleno de clemencia, que esta sagrada comunión no sea para mi alma lazo ni ocasión de castigo, sino intercesión saludable para el perdón; sea armadura de mi fe, escudo de mi buena voluntad, muerte de todos mis vicios, exterminio de todos mis apetitos carnales, y aumento de la caridad, paciencia y verdadera humildad y de todas las virtudes; sea perfecto sosiego de mi cuerpo y de mi espíritu, firme defensa contra todos mis enemigos, visibles e invisibles; perpetua unión contigo sólo, mi verdadero Dios y Señor, y sello feliz de mi dichosa muerte. Y te ruego que tengas por bien llevarme a mí, pecador, a aquel convite inefable donde Tú, con tu Hijo y el Espíritu Santo, eres para tus santos luz verdadera, satisfacción cumplida y gozo perdurable, dicha completa y felicidad perfecta. Por Cristo nuestro Señor. Amén.

Ánima Christi

(San Ignacio de Loyola).

Alma de Cristo, santifícame.
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 mi muerte,
llámame.
Y mándame ir a Ti
Para que con tus santos te
alabe.
Por los siglos de los siglos.
Amén.