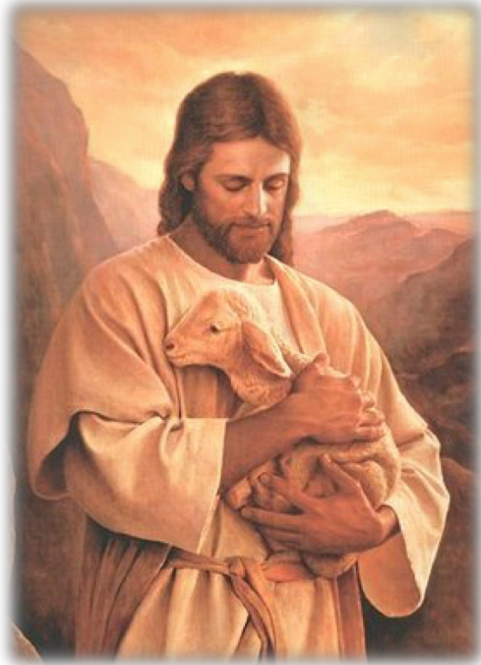


# TEMAS PARA MEDITAR



**Nº 7 (VIDA ETERNA)**

## **INSTRUCCIONES PARA USAR ESTE CUADERNO**

- 1.-Este cuaderno no es para leer. Es para orar.
- 2.-Todas las palabras aquí escritas quieren ser una ayuda para tu oración.
- 3.-Las mejores palabras de este libro no son las que están escritas en él sino las que tu mismo dirás a Dios en tu oración.

### **¿CÓMO SE HACE LA MEDITACIÓN?**

#### **PRIMER PASO**

Busca un lugar retirado y en silencio donde puedas hacer la meditación (normalmente tu habitación o una sala habilitada para esto)

Necesitarás un tiempo de entre 15-20 minutos para hacer bien la meditación.

#### **SEGUNDO PASO**

Escoge el tema que vas a meditar (solo uno por cada rato de meditación). Puedes repetir los temas pasados unos días pues cada vez te dirán cosas nuevas.

#### **TERCER PASO**

Ponte en presencia de Dios. Sé consciente de que Él te está mirando. (Esto se hace en unos breves segundos)

Puede servirte la "oración de preparación" (para mayor comodidad está colocada en la parte de atrás del cuaderno).

## **CUARTO PASO**

Tiene dos partes:

*PRIMERO:* Lee el texto evangélico tranquilamente, fijándote en los detalles. ¿Qué dice? ¿Qué te dice a ti?

*SEGUNDO:* Lee la “composición de lugar” y ve imaginando lo que va diciendo (pues la composición de lugar tiene como finalidad que imagines la escena del Evangelio que has leído y te metas en ella, como si fueras un personaje más).

## **QUINTO PASO**

Lee los puntos de meditación y habla con el Señor según estos te inspiren.

Aquí está la clave de la meditación: habla con Jesús, cuéntale tus dificultades, problemas, situaciones, proyectos. Usa tus propias palabras, habla como hablarías con el mejor de tus amigos. Insiste mucho en hacer actos de amor al Señor, de fe en Él, de confianza, de abandono, de pedirle fuerzas y ayuda....

No leas todos los puntos de golpe. Ve uno a uno, dedicándole un tiempo a cada uno de ellos. No hace falta que hagas todos los puntos. Si no los terminas no pasa nada. Detente allí donde más devoción halles.

Saca propósitos concretos de mejorar tu vida cristiana y termina siempre dirigiéndote a la Santísima Virgen María. Puedes terminar con la “oración de conclusión” (está en la parte de atrás de este cuaderno).

## FIN DEL HOMBRE

*¿De que le servirá a un hombre ganar el mundo entero si pierde su alma?*

*(Mt 16, 26)*





## COMPOSICIÓN DE LUGAR

Imagina el momento en el que Dios creó tu alma. Tus padres, con su unión, te han dado tu cuerpo, tu biología, la genética que te constituye en cuanto a lo material. Pero tu alma la creó Dios. Y la creó por amor. Observa el momento exacto en el que te creó: pudiendo crear tantas otras almas para la biología preparada por la unión de tus padres creó la tuya: con todas las cualidades que tienes. Y lo hizo en un acto de amor. ¡Tu vienes del amor! Reflexiona y piensa en ello.

### **PUNTOS**

\*Considera que el ser que tienes no es tuyo, sino de Dios que te crió, redimió y conserva; de Dios son esas manos, esos pies, esos sentidos y potencias; luego no debes ni puedes usar de ellos según tu capricho, sino según la voluntad y ordenación de Dios... Pero, ¿cómo y en qué los empleas?

\*Reflexiona que Dios te crió, redimió y conserva para que le conozcas, sirvas y ames; para este fin te dio uso de razón y sus mandamientos, prometiéndote su gracia y después la gloria, si los cumples, y amenazándote con tormentos eternos, si dejas de hacerlo. ¿Qué haces, pues? ¿Qué debes hacer en adelante?

\*Pondera que las cosas del mundo son criadas y conservadas por Dios, no para que sean tu fin, sino para que te sirvan de medios o escalera para conducirte y llevarte a Dios. Él es tu último fin; Él es tu término; las demás cosas son como las medicinas para el enfermo, como la escalera para subir a la habitación. ¡Ay de ti si pones tu corazón en ellas! ¡Ay si por ellas ofendes a Dios!

PEDIR CLARO CONOCIMIENTO DE CUÁL ES LA FINALIDAD DE MI  
EXISTENCIA: SERVIR A DIOS, AMARLE Y SALVARME

## EL PECADO MORTAL

*Todo el que comete pecado es esclavo*

*(Jn 8, 34)*

*Moriréis por vuestro pecado*

*(Jn 8, 21)*



## COMPOSICIÓN DE LUGAR

Imagina la caída de Satanás. Era un ángel bellissimo, creado con una especial hermosura. Y sin embargo, por soberbia, se rebeló contra Dios. Cometió un pecado grave y se trocó, por su voluntad manchada por el mal, de hermoso ángel en feísimo demonio. Todo su ser, toda su naturaleza quedó cambiada a peor. Observa como su pecado le obliga a abandonar la presencia divina y caer en el Infierno. Porque el pecado, al provenir de nuestra voluntad, se identifica con nosotros y nos configura existencialmente.

### **PUNTOS**

\*Considera que el pecado mortal es el acto más feo, más repugnante y más osado que se pueda imaginar. Es una resistencia a la voluntad de Dios; es hacer lo que Él prohíbe; es decirle prácticamente: "No os quiero obedecer"...

\*Reflexiona que el pecado mortal es el acto más perjudicial que puede darse; por él se pierde la amistad de los Ángeles, de los Santos y del mismo Dios. Por él se pierde el derecho al cielo, se queda hecho esclavo del demonio y merecedor del infierno. ¿Lo has cometido? ¿Vives en este estado?

\*Pondera el gravísimo peligro del que ha caído en pecado mortal. ¿Quién podrá comer, dormir o recrearse teniendo una víbora encima? ¡Ah! Peor es el pecado. Atiende a lo que pasó a los ángeles malos.... ¡Ay de ti si los imitas! .... Huye del pecado mortal como de una serpiente. Él es un acto feísimo, el más dañoso, y nos constituye en el riesgo más espantoso que se puede dar. Reflexiona si vives en él, examínate..., duélete..., enmiéndate y ora.

PEDIR ODIO AL PECADO Y LUCHA PROFUNDA CONTRA ÉL

## LA HORA DE NUESTRA MUERTE

***Estad atentos, vigilad:  
pues no sabéis cuándo es el momento  
(Mc 13, 33)***



## COMPOSICIÓN DE LUGAR

Figúrate que estás postrado en la cama y en los últimos momentos de la vida... oyendo la voz de Dios que te dice: "Dispón de tus cosas porque has de morir".

### **PUNTOS**

\*Considera que llegará ciertamente un día en que habrás de morir, aunque no quieras, por más que goces de buena salud, por más robusto que estés; te lo dice la fe, y lo sabes por la experiencia de todos los días. ¡Cuántos has conocido tan jóvenes, sanos y robustos como tú, los cuales ya han muerto!

¿Crees, acaso, que eres de naturaleza diferente? Aunque no pienses en la muerte, por más que procures distraerte o divertirte, morirás lo mismo que todos los que te han precedido. Sí, sí, morirás; lo dejarás todo; intereses, muebles, alhajas, personas, hasta tu mismo cuerpo; sí, ese cuerpo que ahora tanto te ocupa, en el que tanto piensas, que tanto regalas y a quien nada sabes negar; ese cuerpo que con tanto cuidado alimentas, vistes y complaces; ese cuerpo que con tanto esmero preservas de las enfermedades, al que procuras todos los remedios y concedes tanto descanso, habrá de morir y pudrirse dentro de una caja o ataúd; habrá de ser devorado por los gusanos y reducido al polvo de que fue formado. Pero no creas que todo acabe con la muerte del cuerpo. Tú discurre y reflexionas sobre el bien y el mal; de donde se sigue que en ti hay algo más que el cuerpo; que tienes espíritu, es decir, un alma que, siendo, como es, inmortal, no puede morir. Al morir el cuerpo, esta alma no tiene más que dos términos, que son el Cielo o el Infierno. La fe y la razón te enseñan que, si quieres ir al Cielo, has de servir a Dios, hacer buenas obras, observar los Mandamientos y cumplir las obligaciones de tu estado: esto es cierto y verdad de fe. Y también lo

es que en la muerte se decidirá de tu suerte, y entonces no podrás ya remediarlo. ¡Mira, pues, la necesidad que tienes de prepararte!

\*Pondera los cuatro motivos de amargura que te afligirán en aquella hora si con tiempo no te preparas.

1º.- Los males del cuerpo; ¡ay! si ahora no practicas la virtud, si no te acostumbras a sufrir por Dios y por el Cielo, ¡cuánto padecerás entonces!

2º.- Los pecados cometidos: ¡cuánto remordimiento causan al moribundo si no los has confesado bien y no se ha enmendado en vida!

3º.- La separación de las personas amadas y la pérdida de intereses causan gran desconsuelo al que en ellos tenían puesto su corazón.

4º.- El horror del juicio: ¡ay del moribundo que se encuentra en pecado! ¡Va a ser acusado por el demonio, reconvenido por el divino Juez y sentenciado al fuego eterno del Infierno!....

Prepárate, pues, ahora; y así, para asegurarte, con propósito de remediarlo todo, dirígete estas preguntas: ¿Cómo he vivido hasta el presente?... ¿He observado los Mandamientos? ¿He cumplido con las obligaciones de mi estado?.... ¿Me he confesado de todo con el debido dolor y propósito?... ¿He comulgado con las debidas disposiciones?.... Examínate, discurre, medítalo y remédialo mientras tienes tiempo.

\*Acuérdate que la muerte es única, es decir, que morirás una sola vez, y que de ésta depende la consecución de un bien infinito o un mal espantoso y eterno; y esto también es cierto; es de fe, tú lo sabes. ¡Qué locura tan grande no prepararte con tiempo! Di, ¿eres tú de los descuidados? ¿Qué te detiene? ¿Acaso el amor a los intereses? Acuérdate que los dejarás, que pasarán a otras manos que tal vez los malgastarán en regalos, juegos o torpezas; quizá

lleguen a servir para maldecirte. ¿No ves con frecuencia a cuántos sucede? ¿Te detiene el respeto humano? El “qué dirán”, el “qué pensarán”?... ¡Oh! ¡y qué necio serías! ¿Por ventura, cuando llegue la muerte, los hombres te librarán o defenderán de ella, de sus horrores y consecuencias? ¿Podrán alargarte un cuarto de hora la vida, librate de los males del cuerpo, de las angustias de tu alma? ¿Podrán defenderte en el Tribunal de Dios o cuándo estés en el Infierno? ¡Ay! ¡Si en él cayeres, entonces los maldecirías con odio implacable, y ellos mismos serían tu tormento más cruel en aquel lugar de espanto! No te engañe, pues, el respeto a aquellos que, tan pronto como mueras, te dejarán y se olvidarán de ti.

PEDIR LA GRACIA DE UNA SANTA MUERTE

## TU JUICIO PARTICULAR

***Todos tenemos que comparecer  
ante el tribunal de Cristo  
para recibir cada cual por lo que haya hecho  
mientras tenía este cuerpo, sea el bien o el mal  
(2 Co 5, 10)***

### PARÁBOLA DEL RICO INSENSATO

(Lc 12, 15-21)

Y les dijo: «Mirad: guardaos de toda clase de codicia. Pues, aunque uno ande sobrado, su vida no depende de sus bienes». Y les propuso una parábola: «Las tierras de un hombre rico produjeron una gran cosecha. Y empezó a echar cálculos, diciéndose: “¿Qué haré? No tengo donde almacenar la cosecha”. Y se dijo: “Haré lo siguiente: derribaré los graneros y construiré otros más grandes, y almacenaré allí todo el trigo y mis bienes. Y entonces me diré a mí mismo: alma mía, tienes bienes almacenados para muchos años; descansa, come, bebe, banquetea alegremente”. Pero Dios le dijo: “Necio, esta noche te van a reclamar el alma, y ¿de quién será lo que has preparado?”. Así es el que atesora para sí y no es rico ante Dios».





## COMPOSICIÓN DE LUGAR

Representate tu juicio particular ante Dios. Justo después de tu muerte, inmediatamente, tu alma comparecerá ante la presencia divina. Todos tus actos, palabras, pensamientos consentidos, intenciones, malos consejos, tus deberes que nos has hecho... todo, absolutamente toda tu vida, ante Dios eterno. No puedes sobornar a este juez, pues es un juez santo, veraz, justo.

### **PUNTOS**

\*Considera la sorpresa y espanto de tu alma al encontrarse delante de Jesucristo, Juez eterno, omnipotente, conocedor perfectísimo de todos tus pecados, intenciones y secretos, sin que puedas ocultarle cosa alguna, ni apelar a otro. ¡Oh lance terrible, pero inevitable, en el cual no habrá ya lugar a confesión! Medítalo.

\*Reflexiona sobre la acusación que delante del supremo Juez hará contra ti el demonio, a quien tanto has obedecido, y que entonces estará empeñado en perderte. En esa acusación apelará a los testigos más calificados e irrecusables, a saber: a tu Ángel Custodio y a tu propia conciencia. ¡Qué zozobra tan horrible! ¡Ojalá nunca hubieses pecado!

Pondera la cuenta que de tanto abuso de gracias te pedirá el divino Juez. “Dame cuenta, te dirá, de tantos pensamientos malos consentidos... de tantas acciones feas..., de tantas palabras contrarias a la caridad, a la castidad.....” ¡Qué confusión para ti! Pero ¿cuál será la sentencia?

\*Piensa ahora: pecados que confieses en la tierra con arrepentimiento y contrición son pecados que en tu juicio no te dañan. Porque el sacramento de la Confesión los perdona todos, los

borra todos, los purifica todos. ¿Haces uso del sacramento de la Confesión? ¿Te confiesas con frecuencia? ¿Te confiesas arrepentido de verdad, con mirada sobrenatural, o lo haces por costumbre, por rutina, sin arrepentimiento, como si confesarse fuera ir a hablar con un sacerdote y no ponerse delante de la misericordia de Dios para que regenere tu alma?

PEDIR UNA ILUMINACIÓN DE CONCIENCIA PARA  
PODER VER NUESTROS PECADOS Y ARREPENTIRNOS  
PROFUNDAMENTE DE ELLOS AQUÍ EN LA VIDA TEMPORAL

## EL INFIERNO

***Apartaos de mí, malditos, id al fuego eterno  
preparado para el diablo y sus ángeles  
(Mt 25, 41)***



### COMPOSICIÓN DE LUGAR

Represéntate el Infierno como un estanque de fuego. Mira las almas y los demonios sufriendo terriblemente en aquel espantoso lugar donde sólo hay lamentos, dolor, odio, confusión, remordimientos, alaridos, tiniebla espiritual y tormentos sin cuento según los distintos pecados cometidos.

## PUNTOS

\*Considera la gravedad de las penas del Infierno por razón del lugar, que lo es de miseria, de tinieblas, de desorden y de horror sempiterno; en donde no hay más compañía que enemigos mortales, ni más ocupación que el llanto, la desesperación y el rechinar de dientes. Eso lo dice el mismo Dios. Medítalo.

\*Reflexiona sobre lo que en aquel lugar se ve..., se oye..., se dice..., se toca.... Allí no se ve otra cosa que fuego y figuras espantosas; no se oye más que gritos, ayes, lamentos; no se habla otro idioma ni se entona otro canto que la maldición y la blasfemia. No se gusta sino la más insoportable amargura, ni se siente otra cosa que el ardor del fuego sempiterno. Estar apartado de Dios, el único que puede colmarte de dicha y felicidad. Estar sufriendo el misterioso pero real fuego del Infierno.

\*Pondera cuán terrible es el Infierno por motivo de su duración. Esta es la pena más espantosa; ése es el tormento más aflictivo, y ése es lo que causa la desesperación de todo réprobo: la eternidad. Pasarán años, siglos, millones de años y de siglos sin que los infelices oigan más que el sumamente desgarrador y terrible “jamás, nunca, eternamente”.

¡Oh Infierno! Cuán espantoso eres por razón del lugar, de la compañía y ocupación! ¡Cuán terrible por lo que allí se piensa..., se ve..., se oye..., se dice y se toca! Pero todavía es peor por la duración... Alma mía, ahora puedes evitar tanta desgracia. ¿Qué haces, pues? ¿Qué debes hacer para evitarlo? Reflexiónalo bien, decidete y ora.

PEDIR SER LIBRADO DEL INFIERNO

## LA GLORIA CELESTIAL

*Los justos brillarán como el sol  
en el reino de su Padre  
(Mt 13, 43)*



### COMPOSICIÓN DE LUGAR

Representáte a Jesucristo transfigurado e invitándote a subir con Él a la gloria. Imagina ese lugar de gozo: ¡Ver a Dios en toda su esencia, ser colmado y llenado de su amor, recibir la plenitud de felicidad, la dicha plena que cada vez te parecerá nueva y que nunca te cansará! Poder contemplar a la Santísima Virgen María, gozar de la compañía de los ángeles, santos, familiares, amigos... y esto para siempre, sin posibilidad de perderlo jamás....

## PUNTOS

\*Considera la verdad y grandeza de la gloria prometida a los justos; descansa la primera en la promesa del mismo Dios, que no puede engañar ni engañarse; la segunda en la providencia y benignidad del mismo Dios, que puede, quiere y promete regalar a los justos, dándoseles a Sí mismo por merced, sobre manera grande. San Pablo, que fue testigo de vista, exclamó: *Ni el ojo vio, ni el oído oyó, ni el hombre puede pensar lo que Dios ha preparado para los que lo aman (1 Cor 2, 9)*. Allí no habrá nada que temer, ni cosa que desear, porque se nadará en un mar de delicias. ¿Qué haces para llegar a ella?

\*Reflexiona cuál será el gozo de los justos por razón del lugar, que será el más distinguido, ameno y delicioso; por razón de la compañía, que será muy noble, atenta y amabilísima; y por la ocupación, que consistirá en gozar sin límites, y en amar y ser amado.... ¿Cómo, pues, no trabajas para alcanzar aquella gloria?

\*Pondera el colmo de felicidad de los justos por la seguridad de no perder ni disminuirse nunca tanta dicha: así como la eternidad aterra a los réprobos, así constituye un consuelo inexplicable para los buenos. Pues ¿qué debes hacer a este fin?

Muy consolador es el dogma de la gloria de los bienaventurados: él dulcifica los trabajos, las contrariedades y las mortificaciones; él anima para las empresas y da valor para no temer las amenazas y la muerte. ¡Oh estado sumamente feliz, que tanto por el lugar y la compañía, como por ocupación y duración, colmas los deseos del hombre! ¡Ojalá llegue yo a poseerte! Dios mío, hacedme digno de él.

PEDIR PODER ALCANZAR LA GLORIA ETERNA

## LA PECADORA ARREPENTIDA

(Lc 7, 36-50)

*Un fariseo le rogaba que fuera a comer con él y, entrando en casa del fariseo, se recostó a la mesa. En esto, una mujer que había en la ciudad, una pecadora, al enterarse de que estaba comiendo en casa del fariseo, vino trayendo un frasco de alabastro lleno de perfume y, colocándose detrás junto a sus pies, llorando, se puso a regarle los pies con las lágrimas, se los enjugaba con los cabellos de su cabeza, los cubría de besos y se los ungía con el perfume. Al ver esto, el fariseo que lo había invitado se dijo: «Si este fuera profeta, sabría quién y qué clase de mujer es la que lo está tocando, pues es una pecadora». Jesús respondió y le dijo: «Simón, tengo algo que decirte». Él contestó: «Dímelo, Maestro». «Un prestamista tenía dos deudores: uno le debía quinientos denarios y el otro cincuenta. Como no tenían con qué pagar, los perdonó a los dos. ¿Cuál de ellos le mostrará más amor?». Respondió Simón y dijo: «Supongo que aquel a quien le perdonó más». Y él le dijo: «Has juzgado rectamente». Y, volviéndose a la mujer, dijo a Simón: «¿Ves a esta mujer? He entrado en tu casa y no me has dado agua para los pies; ella, en cambio, me ha regado los pies con sus lágrimas y me los ha enjugado con sus cabellos. Tú no me diste el beso de paz; ella, en cambio, desde que entré, no ha dejado de besarme los pies. Tú no me ungiste la cabeza con unguento; ella, en cambio, me ha ungido los pies con perfume. Por eso te digo: sus muchos pecados han quedado perdonados, porque ha amado mucho, pero al que poco se le perdona, ama poco». Y a ella le dijo: «Han quedado perdonados tus pecados». Los demás convidados empezaron a decir entre ellos: «¿Quién es este, que hasta perdona pecados?». Pero él dijo a la mujer: «Tu fe te ha salvado, vete en paz».*





## COMPOSICIÓN DE LUGAR

Imagina la escena como si estuvieras presente. Mira el amor de esta mujer arrepentida hacia Jesús, como lavando los pies pide perdón por su mala vida. Mira como Jesús acoge con cariño ese corazón arrepentido y le perdona todos sus graves pecados.

## **PUNTOS**

\*¡Señor, yo quiero arrepentirme de corazón de todos mis males y pecados! Porque yo te amo y quiero estar sólo contigo...

\*Dame la gracia de odiar y detestar mis pecados por amor a Ti.

\*Señor: dame el espíritu de reparación y penitencia para que quiera siempre reparar por mis culpas y mis maldades.

PEDIR LA GRACIA DEL AMOR REPARADOR

## LA TIBIEZA ESPIRITUAL

**Conozco tus obras: no eres ni frío ni caliente. ¡Ojalá fueras frío o caliente! Pero porque eres tibio, ni frío ni caliente, estoy a punto de vomitarte de mi boca. Porque dices: «Yo soy rico, me he enriquecido, y no tengo necesidad de nada»; y no sabes que tú eres desgraciado, digno de lástima, pobre, ciego y desnudo. Te aconsejo que me compres oro acrisolado al fuego para que te enriquezcas; y vestiduras blancas para que te vistas y no aparezca la vergüenza de tu desnudez; y colirio para untarte los ojos a fin de que veas. Yo, a cuantos amo, reprendo y corrijo; ten, pues, celo y conviértete (Ap 3, 15-19)**



## COMPOSICIÓN DE LUGAR

Imagina un alma santa, que vive con fervor y devoción su fe cristiana. Pero se confía. Piensa que ya está todo hecho y empieza a relajarse: pierde las exigencias, deja de buscar lo más santo, empieza a transigir con pequeñas faltas, con pecadillos veniales... se entibia. Pierde el deseo de santidad. No quiere ir a más. Se conforma. Y ese día empieza su camino, poco a poco, a la perdición. Los santos nos lo dicen: una de las peores enfermedades espirituales es la tibieza. Dejar de aspirar a la santidad y empezar a conformarse con una vida cristiana a medio gas. Y lo peor de todo es que el tibio no es consciente de su situación.

### **PUNTOS**

\*Examina tu vida cristiana: ¿te conformas con ir tirando, con ir a los mínimos, con más o menos medio llevar un camino de fe?....

\*¿Realmente aspiras a la santidad? ¿Realmente Jesús, el amor de Dios, la unión con Él, la salvación eterna de tu alma, el amor al prójimo, la salvación de todos, el cumplimiento de tus deberes, la devoción a la Virgen Santísima, guían tu vida y son el centro?

\*Examina aquellos aspectos de tu vida cristiana que están más tibios, más flojos, menos fervorosos... Habla con ello del Señor y pídele poder cambiar esos aspectos. Haz propósitos santos y realistas para mejoras

PEDIR VIVIR CON MÁS FERVOR Y DEVOCIÓN

## ORACIÓN DE PREPARACIÓN

*Señor, Dios mío; creo que estás aquí, que me ves, que me oyes. Te alabo y te adoro con profunda reverencia. ¡Bendito seas por toda la eternidad! Perdóname mis culpas y pecados. Te pido tu luz y tu gracia para hacer con fruto este rato de oración.*

*Santa María Inmaculada, Madre de Dios, ruega por mí.*

## ORACIÓN DE CONCLUSIÓN

*Señor, Dios mío, te doy gracias por los buenos propósitos, afectos y deseos que me has inspirado. Te pido tu ayuda para ponerlos por obra.*

*Madre mía, Virgen Santísima, ruega por mí.*

Muchos puntos de las meditaciones propuestas en este cuaderno están sacados, literalmente, de siete meditaciones propuestas por San Antonio M<sup>o</sup> Claret en su libro "Maná del cristiano".