

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.

MEDITACIÓN DE LOS MISTERIOS DEL SANTO ROSARIO



MISTERIOS GLORIOSOS

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 30 minutos para hacer bien la meditación.

SEGUNDO PASO

Escoge el misterio 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).

Evangelio y la salvación de las almas... Reina de los mártires pues el dolor más profundo y terrible la acompañó durante toda su vida al saber lo que le ocurriría a Jesús desde la purificación del niño y todo lo ofreció para gloria y alabanza de Dios... Reina de los Doctores de la Iglesia pues nadie tiene más sabiduría espiritual que la Virgen... Reina de los santos pues es imposible imaginar mayor grado de unión con Dios que el alcanzado por la gloriosísima Virgen María...

Punto 2.- María fue coronada con el poder de Dios pues su intercesión es siempre escuchada por el Señor... Ha sido con razón llamada por los santos la “omnipotencia suplicante” pues todas sus súplicas son atendidas por Jesús.... María fue coronada con la sabiduría de Dios, pues su mente fue iluminada hasta el punto perfecto que puede alcanzar una criatura creada para entender todos los misterios celestiales y divinos... María fue coronada con el amor de Dios, pues nunca jamás podrá existir criatura más unida al amor de Dios ni que más le glorifique y alabe por toda la eternidad...

Punto 3.- María es reina, pero no reina como las reina de este mundo... no es una reina tirana... Ella es una Reina de amor... Reina para gloria de Dios y para el bien de sus hijos, todos nosotros... Ella ha sido puesta en lo más alto del Cielo por nuestro bien, para que pueda ayudarnos más eficazmente... todo su poder, su sabiduría, su amor es para ayudar, cuidar, iluminar de forma más perfecta a la humanidad... Alégrate de tener como Madre en el Cielo a la Reina de todo el universo... ¡Es tan fácil tenerla de tu lado!... Acércate sin miedo, con plena confianza.. no te asuste su grandeza pues es por tu bien... Ve y preséntale todo lo que necesitas para ser fiel a Dios y vivir una vida en santidad...

Quinto Misterio
La coronación de la Santísima Virgen
como reina de cielos y tierra
(Ap 12, 1)



Punto 1.- Considera el momento en el que la Santísima Virgen María llegó al Cielo. No llegaba una criatura más... una santa más... una persona justa más.... la que llegaba al Cielo era ni más ni menos que la Madre de Dios... No había nadie parecido a Ella... La Virgen merecía un puesto único, especial, pues su santidad constituye por sí sola una gloria específica sin igual... Por eso fue coronada como Reina de todo el universo creado...

Reina de los Ángeles, pues los excede a todos en pureza e inocencia... Reina de los profetas, pues nadie como Ella recibió luces sobre los misterios de Dios.... Reina de los Apóstoles, pues nadie como Ella con su oración y su participación dolorosa en la Pasión de Cristo ha colaborado en la extensión de

CUARTO PASO

Lee el texto evangélico tranquilamente, fijándote en los detalles. ¿Qué dice? ¿Qué te dice a ti? (Necesitarás una Biblia para poder leerlo)

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).

*(Los textos han sido libremente adaptados del libro
"Meditaciones sobre la Santísima Virgen María"
del P. Ildefonso Rodríguez Vilar)*

Primer Misterio

La Resurrección del Hijo de Dios

(Mt 28, 1-10)



Punto 1.- Por el pecado entró la muerte en el mundo...; todos los hombres han de morir porque son pecadores.. Sólo Jesús y María estuvieron exentos de esta ley, y, no obstante, quiso Dios que pasaran por la humillación de la muerte..., pero no debían quedar en el sepulcro..., ni podía allí corromperse una carne tan limpia de toda mancha.

Además Cristo murió, pero no fue vencido por la muerte... sino, al contrario, la muerte se convirtió en principio de vida... y de vida eterna, para que todos los que en Cristo murieran, no murieran de veras... sino pasaran a la vida de la inmortalidad. Por eso su triunfo sobre la muerte había de manifestarse

Punto 2.- Jesús, con su muerte y resurrección, venció al pecado y a la muerte, y ha prometido esta doble victoria (sobre el pecado y la muerte) a todos los que le siguen. La victoria sobre el pecado la obtenemos ya en esta vida mediante el Bautismo y el resto de sacramentos. La victoria sobre la muerte ha sido prometida para el final de los tiempos, en el Juicio Final, donde tendrá lugar la Resurrección de los muertos.

En el caso de la Santísima Virgen María esta victoria se ha adelantado. Ese cuerpo sagrado y virginal, del que tomó carne Dios al hacerse hombre, no debía permanecer en un sepulcro. La Virgen, que estuvo tan unida en el dolor a la Pasión de su Hijo, merecía recibir la gloria y el premio no sólo en su alma sino también en su cuerpo. La que estuvo tan unida a Jesús merecía participar ya de su victoria plena y total.

Punto 3.- Observa como el cuerpo sagrado de la Virgen sube hasta la Gloria celestial... ¡Cómo fue recibida en el Cielo!... con cuanto gozo los ángeles recibieron a su Reina, a aquella que era más pura e inocente que ellos... qué cánticos tan hermosos ofrecieron... observa a todos los justos felices de poder tener ya en el Reino eterno a la Madre... observa especialmente a San José, a los padres de María... Pero sobre todo considera el encuentro entre María y Jesús: ¡Madre e Hijo, esclava y Señor, sierva y Creador, por fin reunidos en la gloria celestial y el gozo del Cielo!... Para siempre... ya nada podrá separar estos dos corazones... los únicos cuerpos gloriosos hasta este momento que existen reunidos en un abrazo inefable e inexplicable....

Alégrate del triunfo de la Virgen... Ella ha subido al Cielo para cuidar de forma más plena a sus hijos de la Tierra... dile que se compadezca de nosotros, pobres hijos desterrados de Eva... que nos ayude en nuestras luchas... que nos sostenga en la debilidad... que nunca olvidemos el camino del Cielo.

Cuarto Misterio

La Asunción de nuestra Señora a los cielos

(1 Cor 15, 20-23; 42-44)



Punto 1.- La Inmaculada Concepción y la Asunción de la Virgen son dos misterios que tienen entre sí una estrecha relación. Son el principio y el término de la vida de María en la tierra... y estos extremos están tan unidos entre sí que el uno viene a ser como la causa del otro... Aquella que fue concebida por privilegio especialísimo de Dios sin mancha de pecado original, cuyos efectos terribles al ser cometido en los comienzos de la historia humana incluyeron la aparición de la muerte corporal, no podía ser derrotada por el sepulcro.... y por eso la que fue concebida en la gracia venciendo al demonio, fue concebida a la gloria del Cielo venciendo a la muerte... La Asunción es el momento en el que el cuerpo glorioso de la Virgen, terminada su vida en la tierra, fue llevado al cielo para recibir la gloria de los justos.

necesariamente con la resurrección gloriosa de su cuerpo... Él que había predicho tantas veces su muerte... otras tantas predijo su resurrección... Tenía que demostrar su divinidad y poner el sello a su predicación, con ese dominio sobre la vida y la muerte, propio y exclusivo de Dios.

Todas las grandezas humanas van a parar a un sepulcro..., por muy grande que sea el poder de un hombre, un día caerá sobre él la losa de una sepultura que dice: "Aquí yace... aquí está...". Sólo hay un sepulcro glorioso del cual se ha dicho: "Resucitó, no está aquí".... ¡Qué gloria tan grande la de Cristo en su Resurrección!... ¡Qué triunfo el suyo sin precedentes y sin igual!...

¡Cuanto debe consolarnos el triunfo de la Resurrección de Cristo!... Si no hubiera resucitado nuestra fe sería inútil...pero con su Resurrección nos da el argumento más firme de nuestra fe, la razón más sólida de nuestra esperanza....

También nosotros hemos de morir... también al final de los tiempos, el día del Juicio Final, participarás en la resurrección.. pero ¿cuál será tu resurrección? ¿Una resurrección para la gloria, junto a Cristo triunfante? ¿O una resurrección para la condenación, alejado de la gracia de Cristo? Tu eliges ahora, con tu libertad, donde quieres estás, a quien quieres servir, si estás o no en el Señor...

Punto 2.- Cuando todo parecía perdido... cuando parecía que la vida de Jesús había terminado en un terrible fracaso... cuando parecía que su enseñanza quedaría en el más absoluto de los olvidos... cuando la noche era más oscura y más negra Dios intervino y brilló la luz de la resurrección con una claridad que ninguna tiniebla puede sofocar.

Cuando todo parezca perdido.. cuando todo esté negro... cuando parezca que todo se ha acabado... confía en Dios. Espera

en Él. Dios saca de donde no había nada vida: Dios saca esperanza de los lugares más sombríos y oscuros... Dios puede dar la luz allí donde parecía triunfar la tiniebla...

Si alguna vez crees que tu pecado es demasiado horrible... demasiado negro... demasiado oscuro para el perdón y la misericordia de Dios, recuerda su santa Resurrección... confía... Él puede convertir tu vida pecadora y sucia en una vida santa y llena de hermosos frutos de piedad y devoción... La Resurrección de Cristo nos ha enseñado que el Señor puede darle la vuelta a las situaciones más desesperadas y horribles.

Punto 3.- Enseñan grandes santos, místicos y doctores de la Iglesia que Dios les ha revelado que la primera persona a la que se apareció Jesús resucitado fue a la Santísima Virgen María.

Tiene toda la lógica... Ella era su Madre... la que más lo quería... la que más sufrió durante su Pasión... la única que mantuvo la fe firme en la promesa de que Jesús iba a resucitar... la que estaba totalmente unida a la obra de la salvación de su Hijo... ¿cómo no iba a ser la primera en gozar de la gloria de su Jesús? ... El Evangelio no nos cuenta este encuentro porque fue totalmente personal... para testimoniar la resurrección estarían las apariciones a los apóstoles, a María Magdalena... Este fue un encuentro de amor de Hijo a Madre, de Dios a la criatura más fiel a su voluntad...

Contempla a la Virgen en soledad... sumida en el océano de la tristeza... los ojos llorosos... Y de repente una explosión de luz divina ante Ella... un cuerpo gloriosísimo, con vestiduras más blancas que la nieve... una mirada llena de amor... una voz dulcísima, muy conocida, que llama y repite mil veces: ¡¡Madre!!

¿Qué lengua podrá explicar de forma adecuada este misterio? ¡Admira este encuentro y llénate de gozo y alegría! Los efectos para la Santísima Virgen María fueron inmensos:

No olvides que tú también has recibido al Espíritu Santo en el Bautismo, en la Confirmación, en todos los sacramentos al recibir la gracia divina... El Espíritu Santo habita en las almas como en su Templo vivo y por tanto lo tienes muy cerca... en tu mismo corazón... es Él quien te sostiene... y ayuda... e ilumina y guía como de la mano por el camino de la perfección... Agradécele su caridad inagotable, que no se cansa de ti... ni de tus ingraticudes... Prométele corresponder mejor a sus dones divinos... cooperar con más interés a la obra de la gracia...

Iglesia Católica recibirá los dones del Espíritu Santo para tener luz, sabiduría, fuerza... haz siempre de la oración, de la devoción a la Virgen y de la obediencia a la enseñanza de los apóstoles (la enseñanza de la Iglesia Católica) las tres bases para saber que te encuentras en la sana disposición para recibir el Espíritu Santo... Él no descenderá plenamente sino en aquellos que se sustentan en estas tres columnas...

Punto 3.- Los efectos del Espíritu Santo son admirables. Miremos a los apóstoles... ¡Qué transformación!... Cómo pasaron de cobardes que huyeron en la Pasión de Cristo a evangelizar por todo el mundo dando su vida por ello, muriendo de formas terribles y espeluznantes (a varios los crucificaron, a otros los decapitaron, a uno lo lapidaron, a otro lo desollaron...)... de torpes, ignorantes y rudos a sabios en las cosas espirituales...

Y enseguida empezaron a predicar... a trabajar por las almas... a comunicarles el don que habían recibido... Es propio de la caridad del Espíritu Santo difundir el bien por todas partes... Pero comprende que esa actividad para ser fructífera ha de ser inspirada y dirigida por el Espíritu Santo; de lo contrario será completamente inútil y hasta a veces perjudicial...

Y hablaban de las grandezas de Dios. Las almas llenas de Dios no saben hablar de otra cosa. ¿De qué iban a hablar los Apóstoles así encendidos e impulsados por el Espíritu Santo?... Examina si te gusta hablar de Dios... si en esas conversaciones encuentras complacencia... y por ahí deducirás la cantidad que tienes de espíritu de Dios... porque cada espíritu mueve a hablar como es él... el del mundo, cosas mundanas y terrenas...; el espíritu carnal, cosas bajas y rastreras...; el espíritu propio, las cosas personales de cada uno, el “yo” a quien hace salir a relucir a cada paso...

Una alegría tan grande y tan viva que fue milagro de Dios que la Virgen no muriera sin poderlo resistir. Una alegría espiritual y divina, de la que no se saciaba el alma de María, semejante a la del Cielo, que nunca llega a cansar.

Una compenetración más íntima y profunda que Dios la concedió con su Divino Hijo como premio a la fidelidad y generosidad en el sacrificio, pues Dios siempre premia con grandísimos beneficios las más mínimas molestias que hacemos por amor a Él. ¿Cuánto más cuando son grandes cruces como las que llevo la Virgen?

Una contemplación aún más sublime de la obra de la salvación de su Hijo, conociendo todos los planes y secretos de lo que el Señor tenía establecido a partir de ese momento: el establecimiento de la Iglesia, de los sacramentos, la evangelización del mundo...

Participa del gozo y la alegría de la Virgen.

Segundo Misterio

La Ascensión del Señor a los cielos

(Lc 24, 50-53)



Punto 1.- Cuarenta días después de resucitar Jesús ascendió al Cielo. La Ascensión al Cielo es el complemento de la glorificación de la naturaleza humana resucitada que Dios había asumido personalmente en la Encarnación.

El pecado había cerrado las puertas del Cielo... Cristo había venido para volverlas a abrir... La obra de la salvación ya estaba concluida... Los hombres ya podían volver a mirar al Cielo como a su verdadera patria... El mundo no es más que un

oración. De ella lo espera todo. ¿Tienes pleno convencimiento de esto?

Tercero, en compañía de la Virgen. ¡Qué dichosos los apóstoles que pudieron orar junto con la Virgen!... Ella daría ejemplo de fervor... Sólo con mirarla se disiparía el cansancio... la tibieza... las distracciones...

Finalmente fijate en la constancia. El Espíritu Santo no descendió sobre ellos hasta pasados diez días en continua oración. ¡Nosotros pronto nos cansamos de orar! Queremos conseguirlo todo enseguida... y si no, viene el desaliento... la desilusión... ¡Qué falta de perseverancia!... Pídesela a la Santísima Virgen... Que no un día... ni dos... sino siempre sea tu oración fervorosa y así será eficazmente santificadora...

Punto 2.- Y cuando así estuvieron preparados es cuando vino el Espíritu Santo el día de Pentecostés en forma de fuego... Penetra en esa habitación y mira como se escucha un viento impetuoso, la casa entera tiembla y unas como lenguas de fuego se posaron sobre las cabezas de los presentes...

Gracias a esta venida del Espíritu Santo los apóstoles se llenaron de gozo espiritual y de los dones de Dios que les dieron fuerza, luz y sabiduría para empezar la predicación. Y sobre todo les llenó del amor encendido y abrasador que es el Divino Espíritu. ¿Cómo podemos recibir nosotros estos dones preciosos? ¿Cómo podemos recibir al Espíritu Santo en nuestra vida? ¿Cómo recibir la luz de Dios, su sabiduría, su fuerza para dar testimonio del Evangelio, su amor?... ¿Cómo recibir estos dones maravillosos?... Pues haciendo lo que hicieron aquellos discípulos: orar con constancia, estar en compañía de la Virgen y estar unido a los apóstoles. Toda persona que reza de corazón, tiene una verdadera y auténtica devoción a la Santísima Virgen María, y permanece unido a la doctrina y enseñanza de la Santa

Tercer Misterio
La venida del Espíritu Santo
sobre los apóstoles
(Hechos 1, 14. 2, 1-4)



Punto 1.- Los apóstoles y discípulos se retiraron al Cenáculo para prepararse allí, con la Santísima Virgen, a la venida del Espíritu Santo. Examina esta preparación:

Primero se retiran, porque el retiro y la soledad es donde Dios se comunica con las almas. A Dios no le gusta hablar en medio de las cosas del mundo... y si habla, con ese ruido no se le oye, ni se entiende bien su voz... Ama mucho el retiro, el silencio, la soledad de tu alma donde quiere el Señor hablarte...

Segundo se retiraron a orar. La oración es la solución para todo. Los apóstoles, la Virgen, no creen hacer mejor cosa, a pesar de tantas y tantas urgencias que había, que unirse en

destierro completo... El Cielo es nuestro fin... nuestra meta... nuestro descanso....

El Señor fue disponiendo durante esos cuarenta días todo lo que era indispensable y necesario que los apóstoles conocieran de cara a la misión y funcionamiento de la Iglesia... También, como no, visitó repetidas veces a la Virgen... imagínalos... ¡encuentros llenos de amor y celestiales confianzas!

Pídele a la Virgen que te enseñe y revele algunas de esas sagradas enseñanzas, las que Ella sabe que más te convienen...

Punto 2.-Finalmente el Señor, a la vista de sus apóstoles y de la Santísima Virgen, es elevado al Cielo... su rostro brillaba, su cuerpo y las llagas resplandecían como el sol....

Mira a los apóstoles quedarse extáticos contemplando aquel espectáculo... contempla a la Santísima Virgen siguiendo con sus ojos a su divino Hijo... una nube se interpuso a las miradas de todos y perdieron de vista el sagrado cuerpo de Cristo... pero la mirada de María es más profunda: podía ver los secretos espirituales.... Ella vio y contempló la sublime entrada de Jesús en el Cielo, con todas las almas de los justos de todos los siglos anteriores que traía consigo, con el maravilloso cántico de los millares y millares de ángeles...

Esta escena tuvo lugar en Jerusalén. Cuarenta días atrás Jesús sudaba sangre en Getsemaní, estaba humillado, golpeado, traicionado, abandonado, crucificado... Ahora en cambio estaba en la plenitud de su gloria... ¡Qué cambio tan grande!... Nunca olvides esto en tus luchas... dolores y sufrimientos... todo pasa, y pronto... el sufrimiento por seguir a Jesús, luchar contra el pecado y nuestras pasiones desordenadas acabará siendo causa

de alegría y será para siempre nuestro triunfo en la gloria... nuestra felicidad eterna en el Cielo.

Punto 3.- Los efectos de la Ascensión fueron tantos y tan maravillosos que no podríamos explicarlos todos adecuadamente sin necesitar libros y libros para ello.

En la Santísima Virgen María un gozo grande... una alegría inmensa... una satisfacción cual sólo Ella, como Madre de Jesús, podía sentir...; un amor cada vez más intenso a Dios, al ver completa y terminada la obra amorosísima de la Redención...

En los apóstoles los efectos fueron de admiración y de gozo inmenso. No se saciaban de mirar al Cielo... Esta mirada les infundía gozo y valor a la vez... ¡Cuántas veces en sus trabajos y sufrimientos esta mirada al Cielo les alentaría!

Además se aumentó su fe en gran manera, al ver el fin glorioso que habían tenido las cosas de su Maestro... Ahora comenzaban ya a conocer cuál era y dónde estaba su reino... Igualmente su esperanza se confirmó con la promesa del Espíritu Santo y con la palabra que les dio de llevarles adonde Él iba... En fin, la caridad se dilató, aumentándose en su corazón el aprecio y amor que le tenían, pues ahora es cuando se convencieron de cuántos les había amado su Maestro.

Pídele a la Santísima Virgen algo semejante en tu corazón... que te afiances en la fe... en la esperanza del Cielo... en la caridad y amor hacia Jesús... Que te enseñe a mirar al Cielo como los Apóstoles... sobre todo, en las cosas arduas de la vida... y que te ayude a despegarte de todo lo terreno, poniendo tu corazón sólo en Dios y en el Cielo... que es lo único que debe llenarte... esto te animará al trabajo... al sacrificio... a la exactitud en el cumplimiento de tu deber... al amor y la entrega al Señor... y te llenará de santa alegría pues el que piensa y espera en el Cielo

no puede tener en la tierra un solo momento de verdadera tristeza...