



Serie de  
Formación  
Caballeros de la Virgen

# RETIRO DE SAN IGNACIO

DÍA 3



# RETIRO DE SAN IGNACIO

## Meditación I

El arte de aprovechar  
nuestras faltas





## Oración preparatoria:

Pida a Dios, Nuestro Señor, la gracia, por intercesión de María Santísima, para que todas sus intenciones, acciones y operaciones sean ordenadas puramente al servicio y alabanza de Su divina Majestad.

**El preámbulo:** Es probable que durante el retiro haya tomado uno o varios propósitos. Lo más importante ahora es convertir esos compromisos con Dios en acciones concretas. Para mantenerlos de forma constante, es fundamental cultivar una vida de oración y buscar frecuentemente los sacramentos.

**Composición del lugar:** Vamos a hacer nuestra composición de lugar. Vamos a irnos a los pies de Jesús en el momento en que él realizaba el sermón de la montaña, o entonces, viendo a Jesús en la barca (cada uno hágalo según lo que le inspire la gracia en este momento); entre con Jesús en la barca, y haga ahí su meditación. Jesús, serenamente sentado o en pie, en la barca. Aquella multitud a la distancia, oyendo a Jesús hablar, y usted dentro de la barca, oyendo a Jesús dándole consejos a usted, consejos de ánimo!, ¡De entusiasmo

**Lectura de textos:** “El arte de aprovechar las propias faltas.” de Joseph Tissot. Compilación de textos de San Francisco de Sales.

“El pecador cae por haber ignorado su propia flaqueza y por haber exagerado la misericordia de Dios; después de la caída, renacen estos dos mismos sentimientos, pero en sentido inverso: la flaqueza adquiere a sus ojos proporciones desmesuradas, envuelve al alma como en un manto de tristeza y de confusión, que aplasta; en cambio, Dios, a quien poco antes se ofendía con toda





facilidad, presumiendo un perdón fácil, aparece ahora como un vengador inexorable.”

«La tristeza que es según Dios, dice San Pablo, produce una penitencia o enmienda constante para la salvación; la tristeza del mundo causa la muerte»

Es verdad que causa más efectos malos que buenos, pues éstos (los buenos) son dos: misericordia (el pesar por el mal de los otros) y penitencia (el dolor por haber ofendido a Dios); mientras que los malos son seis: congoja, pereza, indignación, celos, envidia e impaciencia. Esto hizo decir al Sabio: A muchos mató la tristeza y no hay utilidad en ella» (Ecles 30, 25), pues para dos arroyos buenos que nacen del manantial de la tristeza, nacen seis malos”.

### **Lectura: Eclesiástico 30,22-26:**

«No te abandones a la tristeza, no te atormentes con cavilaciones. La vida del hombre es el gozo del corazón, y la alegría del varón es su longevidad. Amate a ti mismo y consuela tu corazón y echa lejos de ti la tristeza; porque a muchos mató la tristeza y no hay utilidad en ella. La envidia y la cólera abrevian los días, y los cuidados traen vejez prematura.»

EL demonio busca perturbar el alma mediante una tristeza negativa, llena de inquietud y desaliento. Aunque las faltas pueden generar dolor, este debe transformarse en un arrepentimiento sereno, inspirado por el Espíritu Santo, que da paz y esperanza en la misericordia divina.

San Francisco de Sales advierte contra una tristeza malhumorada que paraliza el alma, debilitando su capacidad para orar y actuar. En cambio, un verdadero arrepentimiento trae consuelo y humildad, reconociendo las faltas sin caer en la





desesperación.

Santa Teresa subraya la diferencia entre una humildad verdadera, que da luz y esperanza, y una falsa, originada por el demonio, que oscurece y desalienta.

Federico Ozanam identifica dos tipos de orgullo: el que se enorgullece de sí mismo y el que, descontento consigo mismo, se desespera por no cumplir sus expectativas. Este último es más peligroso, pues lleva al alma a la inercia y al desánimo. San Juan Crisóstomo también alerta contra la desesperación tras las caídas, considerándola más peligrosa que la presunción.

La esperanza es presentada como una virtud clave, una cadena que eleva el alma hacia Dios y la sostiene frente a las adversidades. En este contexto, Sor Josefa Menéndez comparte experiencias místicas donde Jesús le pide ayudar a salvar almas mediante el sufrimiento y el amor. Destaca la importancia de cooperar con la gracia divina, tanto para los pecadores como para las almas santas en su último momento, para alcanzar la salvación y la gloria eterna.

En "Un llamamiento al amor" de Sor Josefa Menéndez Jesús le dice el 13 de junio de 1923: "Ayúdame, Josefa, a descubrir mi Corazón a los hombres. Quiero decirles que en vano buscan su felicidad fuera de Mí: no la encontrarán". "Sufre y ama... Tenemos que conquistar almas."

Dice Jesús: -"Tengo sed... tengo sed de un alma que esta noche va a terminar su vida". Josefa le pregunta si se trata de un pecador: -"No, es un alma predilecta de mi Corazón... Pero quiero - dice- que suplas con





tus sufrimientos las gracias que no ha sabido aprovechar, para que alcance en estos últimos momentos, más alto grado de gloria”.

Los pecadores, sin duda, necesitan la intervención de los justos, que han de salvarlos en su última hora. Pero también la requieren las almas santas para cooperar a la gracia divina que, en este instante supremo, da la última mano a su obra maestra. “Josefa pasa la noche entre intensos dolores, hasta que una gran claridad ilumina la celda y ella se encuentra repentinamente llena de paz. Todo sufrimiento ha desaparecido. -”Esta alma acaba de entrar en el cielo -le dice la Virgen, al día siguiente, a la hora de comulgar.”

Composición de Lugar: Concluya esta meditación en el lugar donde hizo la composición del lugar; sea en la barca con Jesús, sea en la montaña donde Jesús dice el sermón de la montaña, y allí únense a Él en este acto de confianza; agradezcan a Jesús por tanta bondad, por tanto deseo de salvar vuestra alma.



# RETIRO DE SAN IGNACIO



## Meditación II Las dos banderas





**Oración preparatoria:** Pida a Dios, Nuestro Señor, la gracia, por intercesión de María Santísima, para que todas sus intenciones, acciones y operaciones sean ordenadas puramente al servicio y alabanza de Su divina Majestad.

**El preámbulo:** Es probable que durante el retiro haya tomado uno o varios propósitos. Lo más importante ahora es convertir esos compromisos con Dios en acciones concretas. Para mantenerlos de forma constante, es fundamental cultivar una vida de oración y buscar frecuentemente los sacramentos.

**Composición del lugar:** Imagínese que se encuentra en una capilla, una capilla donde usted tiene la costumbre de estar para adorar el santísimo Sacramento, o en su casa en algún lugar donde usted acostumbra hacer sus oraciones, en fin agarre su imaginación a ese lugar que escogió, y allí haga su meditación.

## **Lectura Trechos "La oración, gran medio de Salvación" de San Alfonso María de Liguorio**

San Alfonso María de Liguorio, en el libro "la oración, gran medio de salvación" nos dice:

"Varias son las obras espirituales que he publicado, más, tengo para mí, que no he escrito hasta ahora libro más útil que éste que trata de la oración, porque creo que es el medio más necesario y seguro para alcanzar la salvación y todas las gracias que ella acarrea." Afirma que, sin oración, nuestras meditaciones, propósitos y promesas son inútiles, pues solo con la ayuda de Dios podemos vencer tentaciones y vivir en virtud.





Los santos, como San Juan Crisóstomo y San Bernardo, enfatizan que la oración es un tesoro, medicina, y defensa contra el mal. San Lorenzo Justiniano, afirma que “...con la oración podemos levantarnos una torre fortísima donde hemos de estar seguros de las asechanzas y ataques de todos nuestros enemigos”.

La oración transforma a los hombres, fortalece a los débiles y guía hacia la santidad. Dios siempre está disponible, otorgando su gracia a quienes rezan con perseverancia.

Propósitos: Haga sus propósitos como fruto de esta meditación. La oración lo va a transformar, ya que en algún tiempo, mirando para atrás, si usted coloca esos propósitos de una vida de piedad bien llevada, va a notar el progreso que Dios realizó en su alma.

### **Composición de Lugar:**

Concluya esta meditación, dirigiéndose a Jesús, Nuestro señor, en el lugar donde usted hizo su composición del lugar y allí deposite a los pies de Jesús sus propósitos, pida a Él en la oración, las fuerzas, y avance.



# RETIRO DE SAN IGNACIO

Meditación III  
Historias de unión  
con lo sobrenatural





**Oración preparatoria:** Pida a Dios, Nuestro Señor, la gracia, por intercesión de María Santísima, para que todas sus intenciones, acciones y operaciones sean ordenadas puramente al servicio y alabanza de Su divina Majestad.

## Historia I: Padre, ¿está o no está?

Relato Dom Rafael Obispo de Nova Friburgo / Recife

Este hecho se dio en la ciudad de Olinda-Recife. Allí trabajaba en una iglesia un sacristán, hombre simple de poca cultura, pero muy celoso en su función, tenía mucho amor por aquello que hacía. Él era el celador de la iglesia además de Sacristán. Era muy celoso de todo lo que tenía que ver con el culto, era muy cuidadoso.

En esta iglesia aparecía una u otra vez, un sacerdote que celebraba la misa en la iglesia. Era un joven sacerdote, muy culto, hombre estudioso, que llegaba con rapidez, pasaba cerca del sacristán, muchas veces sin saludarlo. No miraba para el Sacristán, se revestía, iba para la iglesia, celebraba rápidamente y después se retiraba.

Cierto día, el sacristán, en un momento en que el sacerdote estaba por salir, miró hacia él y le dice: “padre, ¿está o no está?”. El sacerdote, naturalmente sorprendido con esa pregunta, le responde con una pregunta: “no entiendo, ¿está o no está, qué?” - y el Sacristán dice: “¿está o no está en la hostia consagrada?”

-Y el padre entonces dice: “pero por favor, naturalmente que está!”

-“Entonces” - dice el Sacristán-“si usted cree que está, por qué usted celebra la misa de ese modo tan relajado, Con tanta rapidez, y sin atención? Si usted





crea realmente que Jesús está en la hostia consagrada, debería celebrar con más piedad, de otra forma!”.

Y narra don Rafael que desde ese momento aquel padre, oyendo esas palabras de aquel hombre simple, él culto pero poco piadoso, el hombre simple pero piadoso, le dijo palabras que fueron lo suficiente para cambiar el modo como el padre celebraría desde ese momento.

## Historia 2: Un gran testimonio sobre la Eucaristía

Unos meses antes de su muerte, el obispo Fulton J. Sheen fue entrevistado en la televisión nacional: “Obispo Sheen, miles de personas en todo el mundo buscan inspiración en usted. ¿En quién te inspiraste? ¿Fue por casualidad un Papa?”. El obispo Sheen respondió que su mayor inspiración no fue un Papa, un cardenal u otro obispo, ni siquiera un sacerdote o una monja. Era una niña china de once años.

Explicó que cuando los comunistas tomaron China, arrestaron a un sacerdote en su propia rectoría, al lado de la iglesia. El cura miraba, asustado, desde su ventana, como los comunistas invadían el templo y se dirigían al santuario. Llenos de odio, profanaron el sagrario, tomaron el cáliz y, arrojándolo al suelo, esparcieron las hostias consagradas.

Eran tiempos de persecución y el sacerdote sabía exactamente cuántas hostias había en el cáliz: treinta y dos.

Cuando los comunistas se retiraron, tal vez no se dieron cuenta, o no prestaron atención, a una niña que, rezando en la parte de atrás de la iglesia, vio





todo lo que pasaba. Por la noche, la niña volvió y, escapando de la guardia apostada en la rectoría, entró en el templo. Allí realizó una hora santa de oración, un acto de amor para reparar el acto de odio. Después de su hora santa, entró en el santuario, se arrodilló e inclinándose hacia delante, con la lengua recibió a Jesús en la Sagrada Comunión. (En ese momento a los laicos no se les permitía tocar la Eucaristía con las manos).

La niña continuaba volviendo cada noche, haciendo su hora santa y recibiendo en su lengua a Jesús Eucaristía. A la trigésima noche, después de haber consumido la última hostia, accidentalmente hizo un ruido que despertó al guardia. Corrió tras ella, la agarró y la mató a golpes con la parte trasera de su arma.

Este acto de heroico martirio fue presenciado por el sacerdote mientras, profundamente deprimido, miraba desde la ventana de su habitación convertida en celda.

Cuando el obispo Sheen escuchó la historia, se inspiró tanto que le prometió a Dios que haría una hora santa de oración ante Jesús en el Santísimo Sacramento todos los días por el resto de su vida. Si esa niña podía dar testimonio con su vida de la presencia real y hermosa de su Salvador en el Santísimo Sacramento, entonces el obispo estaba obligado a hacerlo. Su único deseo desde entonces sería atraer al mundo al Corazón ardiente de Jesús en el Santísimo Sacramento.

La niña enseñó al obispo el verdadero valor y celo que se debe tener por la Eucaristía; cómo la fe puede vencer todo miedo y cómo el verdadero amor por Jesús en la Eucaristía debe trascender la vida misma.





CABALLEROS  
DE LA VIRGEN

## SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES



<https://caballosdelavirgen.org/>



Encuétranos como: Canal Caballeros de la Virgen  
[www.youtube.com/CaballosdelavirgenCol](http://www.youtube.com/CaballosdelavirgenCol)



[www.facebook.com/loscaballosdelavirgen](http://www.facebook.com/loscaballosdelavirgen)



+57 350 587 66 99



[www.instagram.com/caballos\\_de\\_la\\_virgen](http://www.instagram.com/caballos_de_la_virgen)



@caballosdelavirgen



**DONA AQUÍ**

<https://caballosdelavirgen.com.co/donacion/>