

## COMO COMIENZA EL DIA UN BUEN CRISTIANO

### Normas generales y obligatorias

1. No dejes pasar mucho tiempo sin encomendarte de alguna manera a Dios
2. No dejes la Misa en días de precepto aunque para ello tengas que hacer algún sacrificio.
3. Cumple con la Confesión y Comunión Pascual
4. Evita todo pecado mortal

### Obras recomendables

1. Oye Misa, si puedes, todos los días
2. Recibe los Sacramentos cada ocho o quince días
3. Reza cada día el Rosario en familia
4. Lee con frecuencia algún libro devoto
5. Visita todos los días a Jesús Sacramentado

### Para perfeccionarse más

1. Procura hacer cada día un poco de meditación con la Sagrada Escritura
2. Mira de tener un confesor fijo y de que no te falte director espiritual a quien manifestar tus adelantos o retrasos en la vida del espíritu
3. Procura tener cada mes un día de retiro personal espiritual
4. Haz obras de caridad, como visitar a los enfermos, socorrer a los pobres, etc.
5. No olvides nunca la presencia de Dios.

## ORACIONES DE LA MAÑANA

*Procura levantarte cada día a una hora fija y temprano. Así tendrás tiempo para todo.*

*Te levantarás con prontitud, fervor y modestia:*

*Haz la señal de la Cruz y, después de haberte vestido y arreglado puedes rezar las siguientes oraciones, y mejor si lo haces de rodillas, delante de alguna imagen.*

Señor Dios Omnipotente, que me has permitido llegar al principio de este día, guárdame hoy con tu poder, para que no caiga en pecado, antes bien, todos mis pensamientos, palabras y obras se dirijan a cumplir tu Santa Ley.

### **Padre Nuestro, Ave María, Credo**

Señor Dios del Cielo y de la tierra dignate dirigir, santificar, guiar y gobernar en este día mi corazón y mi cuerpo, mis sentidos, palabras y acciones según tu Ley y por el camino de tus mandamientos, para que aquí y en la eternidad merezca, por tu favor, ser salvado y libre. ¡Oh, Salvador del mundo!, que vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén.



*Encomiéndate a la Santísima Virgen, diciendo:*

¡Oh Virgen y Madre de Dios! Yo me entrego por hijo tuyo, y en honor y gloria de tu pureza, te ofrezco mi alma y cuerpo, mis potencias y sentidos y te suplico me alcances la gracia de no cometer jamás pecado alguno. Amén.

Madre aquí tienes a tu hijo. – Madre aquí tienes a tu hijo. – Madre aquí tienes a tu hijo. En ti Madre mía dulcísima he puesto toda mi confianza, jamás quedaré confundido. Amén.

**Ave María.**



Ángel de Dios que eres custodio mío; ya que la soberana Piedad a Ti me encomendó, ilumíname, guíame, rígeme y gobiérname en este día. Amén.

## ORACIONES DE LA NOCHE

*Así como nuestro primer pensamiento del día debe ser para Dios, también debe serlo el último.  
No se te pase nunca por alto la oración de la noche, antes de acostarte.*



**Dios mío, Jesucristo:** Te doy gracias por todos los beneficios que has dispensado en este día. Te ofrezco mi sueño y todos los momentos de esta noche y te pido me conserves en ella sin pecado. Por esto me pongo dentro de tu santísimo Costado y bajo el manto de mi Madre, la Virgen María. Asístanme y guárdenme en paz los santos Ángeles y venga sobre mí tu bendición.

*Examina ahora brevemente tu conciencia, meditando sobre los puntos siguientes:*

### **Pensamientos:**

¿Consentí voluntariamente en algún mal pensamiento, en el deseo o complacencia de alguna cosa impura?

### **Palabras:**

¿Pronuncié malas palabras..., juramentos..., murmuraciones..., mentiras...?  
¿Tuve conversaciones deshonestas?

### **Obras:**

¿Omisión de la Misa en días de precepto? ¿Desobediencias..., impaciencias..., hurtos...?  
¿Malas miradas o acciones impuras...? ¿Excesos en comidas o bebidas..., juegos y diversiones...? ¿Cómo he cumplido mis deberes?

*Pide perdón a Dios de todo corazón y di con dolor:*

Señor mío, Jesucristo, Dios y Hombre verdadero, Creador, Padre y Redentor mío; por ser Tú quien eres, Bondad infinita, y porque te amo sobre todas las cosas, me pesa de todo corazón de haberte ofendido; también me pesa porque puedes castigarme con las penas del infierno.

Ayudado de tu Divina Gracia, propongo firmemente nunca más pecar, confesarme y cumplir la penitencia que me fuere impuesta.

**Padre Nuestro, Ave María, Credo.**