

CINCO MOMENTOS DE ORACIÓN Y DE REFLEXIÓN

Reconocimiento Oficial Del Papa De La *Formula Vitae*



800 Años

Un Texto Vivo para Hoy

Consejo General de la Orden del Carmen
ROMA - 2026

**Han Pasado ya 800 años
del reconocimiento
de la Fórmula de Vida
Carmelita por el
Papa Honorio III**

ÍNDICE

ÍNDICE	3
INTRODUCCIÓN.....	4
PRIMERA REUNIÓN	
Una bendición para nuestra vida que luego se convierte en una gracia.....	6
SEGUNDA REUNIÓN	
La armadura de Dios; la fuerza para nuestras vidas.....	9
TERCERA REUNIÓN	
El silencio y el trabajo.....	12
CUARTA REUNIÓN	
La vida en comunidad; una vida de compartir	15
QUINTA REUNIÓN	
Más de lo que está escrito en la Regla	18
ORACIÓN FINAL	22

INTRODUCCIÓN

En este año 2026 se celebra el octavo centenario del reconocimiento de la Fórmula de Vida Carmelita por el papa Honorio III. Contamos con una carta en la que se reconoce la Regla y se le otorga una aprobación inicial. Para conmemorar este centenario, presentamos cinco momentos de oración y reflexión sobre el texto de la *Fórmula Vitae*, siguiendo la metodología de la *Lectio Divina*.

En cada momento, la comunidad se reúne para la oración y la reflexión; una vez realizado el saludo inicial y el intercambio de información y opiniones, el líder invita a los participantes a guardar silencio durante un tiempo determinado. Luego, se introduce el tema de la reunión, ofreciendo algunas notas breves sobre su naturaleza y significado.

El grupo invoca al Espíritu Santo (de la oración del Papa León XIV).

Espíritu Santo, luz de nuestro entendimiento, dulce aliento que guía nuestras decisiones, concédeme la gracia de escuchar atentamente tu voz y de discernir los caminos ocultos de mi corazón, para que pueda comprender lo que verdaderamente te importa y liberar mi corazón de sus preocupaciones.

Te pido la gracia de aprender a hacer una pausa, de tomar conciencia de la manera en que actúo, de los sentimientos que habitan en mí y de los pensamientos que me abruman y que, tan a menudo, no logro notar.

Deseo que mis decisiones me conduzcan a la alegría del

Evangelio, aunque deba atravesar momentos de duda y cansancio, aunque tenga que luchar, reflexionar, buscar y comenzar de nuevo... Porque, al final del camino, tu consuelo es el fruto de la decisión correcta.

Concédeme una comprensión más profunda de lo que me mueve, para que pueda rechazar aquello que me aleja de Cristo, y amarlo y servirlo más plenamente.
Amén.

El líder prosigue con una lectura de la Regla, que se ha propuesto.

Sigue el silencio.

Por unos breves momentos, los participantes pueden responder al texto, resaltando las palabras o frases que les hayan llamado la atención.

Sigue una segunda lectura.

Prosigue el silencio, para así dar paso a algunos comentarios sobre lo que dice el texto acerca de nuestra forma de vida, el don que se nos da en ella y las exigencias que nos plantea.

Nuevamente, sigue el silencio para dar paso a la recolección de los frutos de esta reflexión por parte de los participantes, de la cual son llevados a formular oraciones de petición, arrepentimiento, adoración o alabanza.

Sigue el silencio.

La reunión concluye con la recitación del salmo sugerido, el Padrenuestro, una antífona mariana o alguna otra oración adecuada.

PRIMERA REUNIÓN

**Una bendición para nuestra vida que luego
se convierte en una gracia.**

La Regla comienza con una bendición, al estilo de las introducciones de San Pablo en sus cartas. Alberto, llamado por Dios para dirigirse a los hermanos unidos en Cristo, les desea salud en el Señor y la bendición del Espíritu Santo.

La forma de vida que Alberto propone es una de las muchas formas de vivir en fidelidad a Cristo, pero debe ser de acuerdo al estilo de vida propuesto. Al vivir esta forma de vida consagrada, quienes la siguen se convierten en una bendición para los demás, y también para el mundo, debido al testimonio y servicio que ofrecen.

Su vida representa muchas formas de comunicación: la participación en la vida de la Santísima Trinidad, la escucha de la Palabra de Dios, el compartir en las reuniones comunitarias, el silencio, la liturgia y la contemplación, todas ellas son formas de comunicación.

Capítulos de nuestra Regla: 1, 2, 3, 18 y 19.

- [1] Alberto, por la gracia de Dios, llamado a ser Patriarca de la Iglesia de Jerusalén, a los amados hijos en Cristo B., y a los demás ermitaños que viven bajo su obediencia junto a la fuente del Monte Carmelo, salud en el Señor y la bendición del Espíritu Santo.
- [2] Muchas veces y de muchas maneras los santos Padres dejaron establecido el modo como cada uno, cualquiera que sea el estado de vida a que pertenece o cualquiera

que sea el modo de vida religiosa que tenga, debe vivir en obsequio de Jesucristo y servirlo fielmente con corazón puro y conciencia severa.

- [3] Pero como me piden que les demos una fórmula de vida adecuada a su proyecto común y a la que deberán ser fieles en el futuro.
- [18] Puesto que la vida humana en la tierra es una tentación, y todos los que quieren vivir fielmente en Cristo sufren persecuciones, y como su adversario, el diablo, merodea como un león rugiente, esperando a quien devorar; procuren, con toda diligencia, revestirse de la armadura de Dios, para que puedan resistir las emboscadas del enemigo.
- [19] Ciñan sus lomos con el cingulo de la castidad, el pecho protegido por pensamientos santos, pues está escrito. El pensamiento santo te guardará, la coraza de la justicia debe ser usada como vestido, a fin de que ustedes amen al Señor con todo el corazón, con toda el alma, con todas las fuerzas y al prójimo como a sí mismo. Siempre en todo momento debe ser empuñado el escudo de la fe, con el cual puedan apagar todas las flechas incendiarias del maligno, pues sin la fe es imposible agradar a Dios. Cúbranse la cabeza con el yelmo de la salvación de manera que la esperen únicamente del Salvador, pues él es el que liberará a su pueblo de los pecados. Finalmente, la espada del Espíritu, que es la palabra de Dios, habite abundantemente en su boca y en sus corazones y todo lo que ustedes tuvieran que hacer, sea lo que fuere, que sea hecho en la Palabra del Señor.

Del Evangelio (Jn 15, 26-27)

Cuando venga el Paráclito, que yo les enviaré desde el Padre, el Espíritu de la Verdad, que procede del Padre, Él dará testimonio de mí. Pero también ustedes darán testimonio, porque están conmigo desde el principio.

Para nuestra vida.

Vivimos nuestra vida como una bendición. Reconocemos la fuente de esa bendición. Dios está presente en nuestras vidas. Respondemos a su obra en nuestras vidas diciendo “Sí” de las muchas maneras diferentes en que podemos hacerlo. Nuestra vida consagrada es este tipo de respuesta a Dios. Es una vida de descubrir a Dios revelado en la humanidad, la vida y la obra de Jesús, el Verbo Encarnado.

Nuestra respuesta es adoración, acción de gracias, una petición de perdón y absolución, y además es una petición de ayuda para nosotros y para los demás.

SEGUNDA REUNIÓN

La armadura de Dios; la fuerza para nuestras vidas.

La Regla, para quienes la siguen, produce un cierto tipo de persona porque la vida de esta persona se construye sobre una serie de valores esenciales que le permiten vivir en fidelidad a Cristo con un corazón puro y una conciencia firme.

El Carmelita está llamado a vivir en soledad y fraternidad, y a participar en la lucha de la vida entre el bien y el mal, escuchando la Palabra de Dios y revistiéndose de la armadura de Dios.

Capítulos de nuestra Regla: 7, 10, 18 y 19.

- [7] Hágase esto, sin embargo, de manera que tomen en refectorio común lo que les repartieren, escuchando juntos algún texto de la Sagrada Escritura, cuando esto pueda realizarse sin dificultad.
- [10] Permanezca cada uno en su celda, o en la proximidad de ella, meditando día y noche en la ley del Señor y velando en oración, a no ser que esté ocupado en otros quehaceres justificados.
- [18] Puesto que la vida humana en la tierra es una tentación, y todos los que quieren vivir fielmente en Cristo sufren persecuciones, y como su adversario, el diablo, merodea como un león rugiente, esperando a quien devorar; procuren, con toda diligencia, revestirse de la armadura de Dios, para que puedan resistir las emboscadas del enemigo.
- [19] Ciñan sus lomos con el cingulo de la castidad, el pecho protegido por pensamientos santos, pues está escrito. El

pensamiento santo te guardará, la coraza de la justicia debe ser usada como vestido, a fin de que ustedes amen al Señor con todo el corazón, con toda el alma, con todas las fuerzas y al prójimo como a sí mismo. Siempre en todo momento debe ser empuñado el escudo de la fe, con el cual puedan apagar todas las flechas incendiarias del maligno, pues sin la fe es imposible agradar a Dios. Cúbranse la cabeza con el yelmo de la salvación de manera que la esperen únicamente del Salvador, pues él es el que liberará a su pueblo de los pecados. Finalmente, la espada del Espíritu, que es la palabra de Dios, habite abundantemente en su boca y en sus corazones y todo lo que ustedes tuvieran que hacer, sea lo que fuere, que sea hecho en la Palabra del Señor.

Del Evangelio (Jn 16, 7-11)

Sin embargo, les digo la verdad: les conviene que yo me vaya, porque si no me voy, el Paráclito no vendrá a ustedes. Pero si me voy, se lo enviaré. Y cuando él venga, probará al mundo dónde está el pecado, dónde está la justicia y cuál es el juicio. El pecado está en no haber creído en mí. La justicia, en que yo me voy al Padre y ustedes ya no me verán. Y el juicio, en que el Príncipe de este mundo ya ha sido condenado.

Para nuestra vida.

La vida es difícil, pero a luz del pasaje bíblico de san Mateo, la carga y el yugo que Jesús nos pone sobre nosotros son ligeros (Mt 11,25). Así como en el comedor y en la celda, la Palabra de Dios acompaña todo lo que hace el Carmelita desde la mañana hasta la noche. Ponerse la armadura de Dios es otra forma de decir “revestirse de Dios”, pues, el Espíritu Santo

será enviado para defendernos y guiarnos; además de que el Espíritu Santo viene con la castidad, suscita pensamientos santos, porta la justicia y la expectativa de salvación. Todas éstas gracias les llega a quienes escuchan la Palabra de Dios y la ponen en práctica.

TERCERA REUNIÓN

El silencio y el trabajo.

La observancia de la Regla ayuda a todo tipo de persona que custodia el silencio. Este silencio no es la ausencia de palabras, pero más bien es el cultivo de las palabras que nos conducen a la salvación. También, éste es el silencio que ayuda a una persona a escuchar y a elegir las palabras adecuadas de tal manera que le ayuden a edificar y a fortalecer el cuerpo. Quienes viven según esta Regla, que es en sí misma una aplicación del Evangelio y es una exhortación a realizar algún tipo de trabajo, pues, la Regla no especifica en qué consistirá ese trabajo, el cual será un tipo de trabajo discernido por la comunidad y que servirá para edificar el Reino de Dios aquí en la tierra.

Alberto recomienda que sigamos el ejemplo y la enseñanza de San Pablo, ya que aquí encontramos una referencia específica acerca de la forma en que tenemos qué trabajar. También hay otras características paulinas en la Regla, tales como: la naturaleza cristocéntrica de nuestras vidas, nuestra atención a la Palabra, ponernos la armadura de Dios y nuestra práctica del silencio; para usar solo palabras que edifiquen y no entristezcan al Espíritu Santo.

Capítulos de nuestra Regla: 20 y 21.

[20] Ustedes deben hacer algún trabajo, para que el diablo los encuentre siempre ocupados y no consiga, a través de la ociosidad de ustedes, alguna brecha para penetrar en sus almas. En esto ustedes tienen una enseñanza y un ejemplo de San Pablo apóstol, por cuya boca

Cristo hablaba y que por Dios fue constituido y dado como predicador y maestro de los gentiles en la fe y en la verdad. Si lo siguieran a él no podrían desviarse. El escribe: En medio de trabajos y fatigas estuvimos entre ustedes trabajando día y noche, para no ser un peso para ninguno de ustedes. No que no tuviésemos ese derecho, mas queríamos presentarnos como un ejemplo a ser imitado. En efecto, cuando estábamos con ustedes, dimos esta regla: Quien no quiere trabajar, que no coma. Ahora, hemos oído hablar que entre ustedes hay algunos que llevan una vida inquieta, sin hacer nada. A esos tales les ordenamos y suplicamos al Señor Jesucristo, que trabajen en silencio y, así, coman su propio pan. Este camino es santo y bueno. En el es que deben andar.

- [21] El apóstol recomienda el silencio, cuando manda que en él se debe trabajar. Y como afirma el profeta: La justicia es cultivada por el silencio. Y más aun: en el silencio y en la esperanza estará la fuerza de ustedes. Por eso determinamos que, después de la recitación de las completas guarden el silencio después de la Hora Prima del día siguiente. Fuera de este tiempo, la observancia del silencio no es tan riguroso, con tanto más cuidado absténgase de hablar mucho, porque conforme está escrito y no menos enseña la experiencia: en el mucho hablar no faltará el pecado; y: quien habla sin reflexionar sentirá un malestar; y aun más quien habla demasiado perjudica a su alma; y el Señor en el Evangelio: de toda palabra inútil que los hombres dijeren, de ella tendrán que dar cuenta en el día del juicio. Por tanto cada uno haga una balanza para sus palabras y refrene su boca,

para que de repente no tropiece y caiga por causa de su lengua, para no pecar con sus palabras. Que, como dice el profeta, cada uno vigile su conducta para no pecar con la lengua, y se empeñe, con diligencia y prudencia, en observar el silencio por el cual se cultiva la justicia.

Del Evangelio (Jn 16, 12-15)

Todavía tengo muchas cosas que decirles, pero ustedes no las pueden comprender ahora. Cuando venga el Espíritu de la Verdad, él los introducirá en toda la verdad, porque no hablará por sí mismo, sino que dirá lo que ha oído y les anunciará lo que irá sucediendo. El me glorificará, porque recibirá de lo mío y se lo anunciará a ustedes. Todo lo que es del Padre es mío. Por eso les digo: «Recibirá de lo mío y se lo anunciará a ustedes».

Para nuestra vida.

No debemos estar de ociosos ni tampoco estar ocupados con demasiadas cosas y no tenemos que dejarnos llevar por nuestras propias misiones o quehaceres personales porque el trabajo que hacemos debe discernirse de acuerdo con nuestro carisma al igual que las necesidades del tiempo y el lugar en el que vivimos. El discernimiento pertenece a la comunidad, y la comunidad es responsable del actuar en unidad así como también sobre los frutos de su propio discernimiento.

Donde hay demasiadas palabras, el pecado no puede estar lejos; como decía el Papa Francisco acerca de los males del chisme o de los rumores. La Regla nos invita a ser amantes de la Palabra y ser respetuosos en el uso de las palabras humanas en nuestras conversaciones con los demás: no demasiadas, ni muy pocas, sino la calidad de palabras en un diálogo, que traen la salvación a quien las habla y a quien las escucha.

CUARTA REUNIÓN

La vida en comunidad; una vida de compartir.

La Regla va dirigida «a los amados hijos en Cristo B», a los hermanos y les propone una forma de vida, que debe vivirse en un constante movimiento que va desde la celda hacia el área común; desde el área común hacia afuera en donde está la vida de la gente; y desde la vida de la gente, regresa nuevamente a la celda.

La vida tiene que estar organizada para así permitir que se reciba el don de Dios porque ésta organización, recomendada por la Regla y aceptada por quienes la viven; está compuesta por una serie de elementos importantes tales como: que cada comunidad debe tener su propio prior, cada miembro debe tener una celda, es necesario tener un refectorio común en donde la comunidad congregada, compartirá los alimentos mientras escucha la Palabra, además de una capilla donde la comunidad se reunirá para celebrar la Eucaristía, y aunado a esto, una sala de reuniones en donde, el día domingo o en algún otro día de la semana, la comunidad se reunirá para dialogar sobre su vida y su bienestar.

El tipo de organización propuesto refleja la vida de la comunidad de Jerusalén descrita para nosotros en el libro de los Hechos de los Apóstoles, que describe una comunidad que dio testimonio de la Resurrección de Cristo y atrajo nuevos miembros porque rezaban juntos, escuchaban la enseñanza de los Apóstoles, partían el pan y lo tenían todo en común.

Capítulos de nuestra Regla: 7, 10, 11, 12, 13, 14 y 15.

[7] Hágase esto, sin embargo, de manera que tomen en

el refectorio común lo que les repartieren, escuchando juntos algún texto de la Sagrada Escritura, cuando esto pueda realizarse sin dificultad.

- [10] Permanezca cada uno en su celda, o en la proximidad de ella, meditando día y noche en la ley del Señor y velando en oración, a no ser que esté ocupado en otros quehaceres justificados.
- [11] Los que saben recitar las oraciones canónicas con los clérigos, las recitan conforme a las disposiciones de los Santos Padres y según la costumbre aprobada de la iglesia. Los que no lo saben reciten veinte o cinco veces el Padre Nuestro en las vigiliass nocturnas, con excepción de los domingos y días solemnes, en cuyas vigiliass determinamos que se duplique el número mencionado, de modo que el Padre Nuestro sea recitado cincuenta veces. En “Laudes” por la mañana, además la misma oración sea recitada siete veces, de la misma manera en cada una de las otras horas la misma oración sea recitada siete veces, menos en las vísperas, en que deben recitarla quince veces.
- [12] Ninguno de los hermanos diga que algo es propiedad suya, mas todo entre ustedes sea común, y sea distribuido a cada uno por la mano del prior, es decir, por el hermano designado para este servicio teniendo en cuenta la edad y las necesidades de cada cual.
- [13] Con todo, en la medida en que alguna necesidad de ustedes lo exigiera, les es permitido poseer burros o mulos, y algún tipo de animales o aves para el sustento.
- [14] El oratorio, de acuerdo con las posibilidades, será construido en medio de las celdas, donde cada día por la mañana ustedes deben reunirse para participar de

la solemnidad de la Misa, cuando las circunstancias lo permitieran.

- [15] De la misma manera, los domingos u otros días si acaso fuere necesario, ustedes deben tratar de la observancia de la vida común y el bienestar espiritual de las personas. Igualmente en esa misma ocasión corrijanse con caridad las transgresiones y culpas de los hermanos, que por ventura fueran encontradas en algunos de ellos.

Del Evangelio (Jn 14, 15-18)

Si ustedes me piden algo en mi Nombre, yo lo haré. Si ustedes me aman, cumplirán mis mandamientos. Y yo rogaré al Padre, y él les dará otro Paráclito para que esté siempre con ustedes: el Espíritu de la Verdad, a quien el mundo no puede recibir, porque no lo ve ni lo conoce. Ustedes, en cambio, lo conocen, porque él permanece con ustedes y estará en ustedes. No los dejaré huérfanos, volveré a ustedes.

Para nuestra vida.

Nuestra vida en comunidad es nuestro ministerio ya que damos testimonio a la comunidad y nos presentamos como constructores de la comunidad. Dicha comunidad se construye en torno a la Palabra de Dios y está regulada por las decisiones de los miembros sobre cómo desean vivir en respuesta a su vocación porque cada miembro ha sido llamado; posee el carisma; conoce los valores por los que vivimos y acepta ser parte de la organización de la comunidad, que nos permite recibir el don de Dios y ponerlo al servicio del pueblo de Dios a través de la oración, de la Palabra, de la celebración de la Eucaristía y de una forma de compartir que no deja a nadie en la necesidad.

QUINTA REUNIÓN

Más de lo que está escrito en la Regla.

En todo tiene que haber discernimiento, es decir, que los miembros de la comunidad, siguiendo el ejemplo de María, meditan “estas cosas” en sus corazones y las meditan juntos en comunidad. También, hay un discernimiento en la elección del prior; en la distribución de las celdas; en ser hospitalarios con las personas de fuera; en discutir y dialogar sobre el bienestar de la comunidad y en la corrección de faltas; y en la determinación del alcance misionero de la comunidad.

Siempre hay algo más cuando miramos la realidad con los ojos de la fe, la esperanza y la caridad. Puesto que quien observe fielmente las palabras de la Regla será recompensado asimismo, quien vaya más allá de las palabras de la Regla y haga algo más será recompensado cuando el Señor regrese. Sin embargo, ese “algo más”, no puede significar más cosas, más actividades o más ideas, sino más bien se trata de una conciencia más profunda de la presencia de Dios y de su Palabra.

Capítulos de nuestra Regla: 4, 5, 6, 8, 9, 16, 17, 22, 23 y 24.

[4] Determinamos, en primer lugar, que tengan a uno de ustedes como prior, que será elegido para este servicio con el consentimiento unánime de todos o de la mayor y más sana parte. A él prometerán obediencia todos los demás y se esforzarán en mantenerla de verdad con las obras, juntamente con la castidad y la renuncia a la propiedad.

- [5] Podrán fijar sus lugares de residencia en los desiertos, o donde quiera se lo ofrezcan adecuados y aptos para la observancia de su modo de vida religiosa, según el oportuno parecer del Prior y de los hermanos.
- [6] Además, teniendo en cuenta la situación del lugar en que hayan decidido establecerse, cada uno de ustedes tenga una celda separada, según la asignación que el prior habrá hecho para cada uno, con el consentimiento de los otros hermanos o de la parte más madura.
- [8] A ningún hermano le será lícito, a no ser con el permiso del prior que entonces hubiera, el mudarse del lugar que le ha sido asignado o cambiarlo con otro.
- [9] La celda del prior debe localizarse junto a la entrada, para que el sea el primero en ir al encuentro de los que vienen a ese lugar, y después todas las cosas que deben ser hechas se hagan de acuerdo a su criterio y disposición.
- [16] Observen el ayuno todos los días con excepción de los domingos, desde la fiesta de la exaltación de la Santa Cruz hasta el día de la Resurrección del Señor, a no ser que una enfermedad o debilidad del cuerpo u otro motivo justo aconsejen dispensar el ayuno, pues la necesidad no tiene ley.
- [17] Absténganse de comer carne, a no ser que sea tomada como remedio en caso de enfermedad o debilidad. Y puesto que durante sus viajes ustedes se ven obligados a mendigar el sustento, para no incomodar al que los hospeda, fuera de sus casa, ustedes podrán comer alimentos preparados con carne, también será permitido comer carne en viajes marítimos.
- [22] Ahora tú, hermano B, y quien quiera que fuere indicado

como prior después de ti, tenga siempre en mente y cumpla la práctica lo que el Señor dice en el Evangelio: Todo aquél que entre ustedes sea el mayor, que se haga su servidor, y el que quiera ser el primero, sea su servidor.

[23] Y ustedes, los demás hermanos, traten a su prior con deferencia y humildad, pensando, más que en el mismo. En Cristo que lo colocó por encima de ustedes, y que dice a los que están frente a las iglesias: Quien oye a ustedes, a mí me oye, quien desprecia a ustedes, a mí me desprecia, a fin de que ustedes no sean condenados como reos por menos precio, mas puedan merecer por obediencia la recompensa de la vida eterna.

[24] Es eso que, con brevedad, les escribimos con el intento de establecer para ustedes la fórmula de vida, según la cual deberán vivir. Si alguien hiciera más de lo prescrito, el Señor mismo le retribuirá cuando vuelva. Use el discernimiento, que es el moderador de las virtudes.

Del Evangelio (Jn 14, 26)

Pero el Paráclito, el Espíritu Santo, que el Padre enviará en mi Nombre, les enseñará todo y les recordará lo que les he dicho.

Para nuestra vida.

Optamos por una vida de comunión y fraternidad en lugar de una vida de aislamiento y elección individual así como también, aceptamos compartir nuestra vida, oración, trabajo, bienes y discernimiento con los demás.

El discernimiento nos ayuda a distinguir y a saber lo que tenemos qué hacer y cómo debemos vivir porque el discernimiento es un don que tenemos que pedirle a Dios.

Dicho Don proviene del Espíritu Santo; y si pedimos el don, entonces debemos seguirlo cuando llegue. Además, cuando la comunidad discierne unida como una sola, todos sus miembros están obligados a ser obedientes a ese discernimiento. Vivimos nuestras vidas en gratitud por lo que hemos recibido y en la expectativa esperanzada de lo que aún está por darse; y la recibiremos hasta que el Señor venga de nuevo.

ORACIÓN FINAL

Señor del cielo y de la tierra, vivimos de toda palabra que sale de la boca de Dios. Que María, nuestra Madre, dada a nosotros en el Calvario, vele por nosotros y nos conduzca a tu santa montaña, Cristo nuestro Señor, que vive y reina contigo y el Espíritu Santo, un solo Dios, por los siglos de los siglos. Amén.

