

durante esta mortal vida), te daré avisos; los cuales, bien practicados, te preservarán de pecado mortal, para que nunca más tenga lugar en tu corazón. Y por cuanto los mismos avisos aun sirven para una purificación más perfecta, quiero, antes de dárteles, decirte alguna cosa cerca desta pureza, á la cual deseo conducirte.

CAPITULO XXII.

Que es menester purgarse de las aficiones que se tienen á los pecados veniales.

Cuanto mayor es la luz del día, tanto mejor y más claramente vemos en el espejo los defectos y manchas de nuestro rostro; de la misma manera, cuanto mayor es la luz interior del santo espíritu con que alumbra nuestras conciencias, tanto más clara y distintamente vemos los pecados, inclinaciones y imperfecciones que nos pueden estorbar el conseguir la verdadera devoción. Y la misma luz que nos hace ver estas faltas, nos anima al deseo, para purgarnos y limpiarnos de ellas.

Descubrirás pues, amada Filotea, que fuera de los pecados mortales y sus aficiones, de que te has purgado por los ejercicios ya dichos, tienes aun en tu alma muchas inclinaciones y aficiones á los pecados veniales. No digo yo que descubras los pecados veniales, sino la inclinación y afición que les tienes. Lo uno es bien diferente de lo otro, porque realmente no podemos estar del todo limpios de pecados veniales, ó á lo menos para perseverar largo tiempo en esta pureza; mas podemos bien no tenerles ninguna afición. Una cosa es mentir una vez ó dos por alegría de corazón en cosa de poca importancia, y otra cosa es el deleitarse en mentir, y tener afición á esta suerte de pecado.

Digo pues que es menester limpiar el alma de toda la afición que tienes á los pecados veniales, esto es, que no se ha de criar la voluntad de continuar y perseverar en ninguna suerte de pecado venial; porque tambien sería una gran flojedad el querer adrede guardar en nuestra conciencia una cosa tan desagradable á Dios, como es la voluntad de quererle desplacer. El pecado venial, por pequeño que sea, desagradable á Dios, aunque no tanto, que por él quiera perdernos ó condenarnos. Y si el pecado venial le desplace, la voluntad y afición que se tiene al pecado venial no es otra cosa sino una resolución de querer desagradar á su divina Majestad. ¿Será pues posible que una alma noble quiera, no solamente desagradar á su Dios, mas deleitarse en desagradarle?

Estas aficiones, Filotea, son directamente contrarias á la devoción, como las aficiones que se tienen al pecado mortal son tambien contrarias á la caridad; las primeras desmayan las fuerzas del espíritu, estorban las consolaciones divinas, abren la puerta á las tentaciones, y aunque es verdad que no matan el alma, con todo eso la enferman en extremo. Las moscas (dice el Sábio) que mueren en el suave unguento, echan á perder y dañan su suavidad; mas las que de paso comen dél, no dañan sino lo que toman, quedando lo demás libre de alguna ofensa. Así los pecados veniales, cuando llegan á un alma devota, y no se detienen mucho tiempo en ella, no la dañan mucho; mas si estos mismos pecados hacen asiento en el alma por la afición que ella les tiene, harán perder sin du-

da y dañarán la suavidad del unguento; esto es, la santa devoción.

Las arañas no matan las abejas; mas si se detienen en los panales, dañan y corrompen su miel, (1) y enredan y rompen los hilos de la tela que hacen, quedando las abejas sin poder continuar en su obra. Así el pecado venial no mata nuestra alma, pero pierde la devoción, y ocupa tanto las potencias del alma con malas costumbres y inclinaciones, que la impide el ejercicio y prontitud de la caridad, en la cual consiste la devoción; pero esto se entiende cuando el pecado venial se junta en nuestra conciencia por la afición que le tenemos. No importa, Filotea, el decir alguna pequeña mentira, desreglarse un poco en las palabras, en acciones, en vestidos, en alegrías, en juegos, en danzas, como al mismo punto que estas arañas espirituales hayan entrado en nuestra conciencia las rechacemos y despedamos della, como hacen las abejas con las arañas corporales. Mas si las permitimos se queden en nuestros corazones, y no solo esto, sino que nos inclinamos á detenerlas y multiplicarlas, presto veremos nuestra miel perdida, y la colmena de nuestra conciencia infectada y deshecha. Y así digo otra vez, ¿en qué razón cabe que un alma noble se deleite en desplacer á su Dios, y se aficione á serle desagradable, y quiera intentar lo que sabe que le es enojoso?

CAPITULO XXIII.

Que se ha de purgar de la afición que se tiene á las cosas inútiles y peligrosas.

Los juegos, los bailes, los festines, las pompas, las comedias, en su sustancia, no son de ninguna manera cosas malas antes indiferentes, por cuanto su ejercicio puede ser bueno y malo; con todo eso, todas estas cosas son peligrosas, y el aficionarse á ellas aun más peligroso. Digo pues, Filotea, que aunque se permita el jugar, danzar, adornarse, oír honestas comedias, banquetear, no por eso el tener afición á todo esto deja de ser contra la devoción, y por extremo dañoso y peligroso: no es malo el hacerlo acaso, pero es malo el aficionarse á ello. Lástima es el sembrar en la tierra de nuestros corazones aficiones vanas y locas; esto ocupa el lugar de las buenas impresiones, y estorba que nuestra alma no se emplee en buenas inclinaciones. Así los antiguos nazarenos se abstenerían, no solo de todo aquello que podía causarles embriaguez, sino tambien de las uvas y pámpanos; no porque la uva y el pámpano emborrache, sino por el peligro que había, comiendo el pámpano, de despertar el deseo de comer la uva, y comiendo la uva, de provocar el apetito á beber el mosto y el vino. (2)

Los ciervos, hallándose cargados y repletos del demasiado pasto, se retiran y esconden en sus guaridas, conociendo serles la gordura tan pesada, que no podrían usar de su veloz curso si acaso fuesen embesitados. Así el corazón del hombre, cargándose destas aficiones inútiles, superfluas y peligrosas, es cierto que no puede pronta, ligera y fácilmente correr á su

(1) y las embarazan con los hilos de la tela que (dice propiamente el texto francés.)

(2) No digo yo que no se puede usar de estas cosas peligrosas; pero digo y afirmo que jamás podremos en ellas la afición sin arriesgar la devoción. (C-D.)

Dios, que es el verdadero punto de la devoción. Los niños pequeños se aficionan y corren tras las mariposas; cosa que nadie tiene por mala viendo que son niños; pero es cosa ridícula y aun lamentable el ver á hombres ya hechos darse y aficionarse á cosas tan indignas de madurez como las cosas que he nombrado; las cuales, fuera de su vileza, nos ponen en peligro de desreglarnos y desordenarnos en su alcance.

Por esta razón te digo, querida Filotea, que es necesario purgarte destas aficiones; que aunque los actos no sean siempre contrarios á la devoción, con todo eso, las aficiones le son siempre dañosas.

CAPITULO XXIV.

Que se ha de purgar de las malas inclinaciones.

Aun tenemos, Filotea, ciertas inclinaciones naturales, las cuales, por no haber tomado su origen de nuestros pecados particulares, no son propiamente pecados, ni mortales ni veniales, mas llámense imperfecciones, y sus actos defectos y faltas. Por ejemplo, santa Paulina, segun recita san Jerónimo, tenía una grande inclinación á las tristezas y melancolías, y en la muerte de sus hijos y marido fué tanta su tristeza y sentimiento, que hubo de morir de pena. Esta era imperfección, y no pecado, por cuanto obra-

ba contra su voluntad. Hay algunos que de su natural son fáciles, otros tardíos, otros duros en recibir las opiniones ajenas, otros inclinados á la indignación, otros á la cólera, otros al amor; y en suma, se hallan muy pocas personas en las cuales no se pueda señalar alguna suerte de imperfecciones. Y aunque estas sean como propias y naturales á cada uno, si es que por el cuidado y afición contraria se pueden corregir y moderar, tambien se podrán desechar y despedir, y aun es necesario, Filotea, que lo hagas. Si se ha hallado el modo de trocar los almendros amargos en almendros dulces solo con agujeráries el pié, para que por allí salga el humor, ¿por qué no podemos nosotros hacer salir nuestras inclinaciones perversas, para que así nos mejoremos? No hay natural tan bueno, que no pueda malearse con costumbres viciosas, ni hay tampoco natural tan arisco y malo, que por la gracia de Dios primeramente, y despues por la industria y diligencia, no pueda domarse y vencerse. Quiero comenzar pues á darte avisos y proponerte ejercicios, por cuyo medio purgarás tu alma de la afición que á los pecados veniales tienes, de todas aficiones peligrosas y de las imperfecciones; y así asegurarás de más en más tu conciencia de pecado mortal. Déte Dios la gracia para bien practicarlos.

SEGUNDA PARTE DE LA INTRODUCCION,

LA CUAL CONTIENE DIVERSOS AVISOS PARA LEVANTAR EL ALMA Á DIOS POR LA ORACION Y SACRAMENTOS.

CAPITULO PRIMERO.

De la necesidad de la oración.

1. La oración pone nuestro entendimiento en la claridad y luz divina, y expone nuestra voluntad al calor del amor celeste; no hay cosa que limpie tanto nuestro entendimiento de sus ignorancias, y nuestra voluntad de sus depravadas aficiones. Es el agua de bendición, que con su rocío hace reverdecer y florecer las plantas de nuestros buenos deseos, lava nuestra alma de sus imperfecciones, y mata al corazón la sed de sus pasiones.

2. Mas sobre todo te aconsejo la mental y cordial, y particularmente la que se hace á la vida y muerte de nuestro Señor. Mirándole á menudo por medio de la meditación, toda tu alma se llenará dél; aprenderás de su doctrina, y formarás tus acciones al modelo de las suyas; y pues es la luz del mundo, en él, con él y por él hemos de recibir gracia y luz. Es el árbol del deseo, á cuya sombra nos debemos alentar y refrescar. Es la viva fuente de Jacob, donde hemos de lavar todas nuestras manchas. En fin, los niños, á puro oír las madres y gorjear con ellas, aprenden á hablar su lengua; así nosotros, morando con nuestro Salvador por la meditación, y observando sus palabras, sus acciones y sus aficiones, aprendemos, mediante su gracia, á hablar, querer y hacer como él. Esto es bien consideres, Filotea; y créeme, que no podremos ir á Dios Padre sino por esta puerta; porque de la misma

manera que la luna de un espejo no podría detener nuestra vista si no estuviese por detrás cubierta de estaño ó plomo, así tambien la divinidad no podría ser bien contemplada de nosotros en este mundo inferior, si no estuviera junta á la sagrada humanidad del Salvador, cuya vida y muerte son el objeto más proporcionado, saludable, regalado y provechoso de cuantos podemos escoger para nuestra meditación ordinaria. No en balde se llama el Salvador «Pan bajado del cielo»; porque así como el pan se ha de comer con todas suertes de viandas, así el Salvador debe ser meditado, considerado y requerido en todas nuestras oraciones y acciones. Su vida y muerte está dispuesta y distribuida en diversos puntos (para mejor servir á la meditación), por diversos autores. De los que te aconsejo que uses son san Buenaventura, (1) Belintano, Bruno, Capella, Granada, Puente.

3. Emplea cada día una hora antes de comer, si pudieres, y esto luego que te levantes, porque entonces tendrás el espíritu menos embarazado y con más sosiego, por seguir al reposo de la noche. No emplees tampoco más de una hora si tu padre espiritual expresamente no te lo mandare.

4. Si puedes hacer este ejercicio en la iglesia, y hallas en ella bastante sosiego, te será una cosa fácil y cómoda, porque ni padre ni madre, ni mujer ni marido, ni otro alguno te podrá con justa razón estor-

(1) Bellintani, Bruno, Capiglia, (El texto francés.)

bar el quedarte una hora en el templo de Dios; y estando á la sujecion de alguno, por ventura no podrás en tu casa alcanzar esta hora libre.

5. Comienza toda suerte de oracion (sea mental sea vocal) por la presencia de Dios, y ten esta regla por sin excepcion, y verás en poco tiempo cuán provechosa vendrá á serte.

6. Si me crees, dirás tu Padre nuestro, tu Ave María y el Credo en latín; pero entendiendo las palabras que contienen en tu vulgar: porque diciéndolas en la lengua comun de la Iglesia, puedas tambien saborear y gustar del sentido admirable y regalado destas santas oraciones. Las cuales se han de decir fijando profundamente tu pensamiento, y excitando tu aficion al sentido dellas; no dándote de ninguna manera priesa por decir muchas, sino procurando que las que dijeres sean de corazon: porque un solo *Pater noster* dicho con sentimiento, vale más que muchos dichos aprisa y no sentidos.

7. El rosario es una muy útil manera de rezar, sabiéndole decir como conviene; y para esto tendrás algun librito de los que enseñan á rezarle. Tambien es bueno el decir las letanias de nuestro Señor, de nuestra Señora y de los santos, y todas las otras oraciones vocales que están en el *Manual* y *Horas* aprobadas. Y esto se entiende con condicion que si gozas el don de la oracion mental, la guardes siempre el principal lugar; y esto de suerte que si despues della, ó por los muchos negocios ó por alguna otra razon, no puedes usar de la oracion vocal, no por eso tomes cuidado, contentándote con decir simplemente, antes ó despues de la meditacion, la oracion dominical, la salutación angélica y el símbolo de los apóstoles.

8. Si haciendo la oracion vocal sientes tu corazon arrebatado ó convidado á la oracion interior ó mental, no huyas el entrar en ella, sino antes procura que tu espíritu ejecute lo que en esta parte desea: y no se te dé nada de no haber acabado las oraciones vocales que habias propuesto; porque la mental, que en su lugar harás, es más agradable á Dios y más útil á tu alma; pero entiéndese haciendo excepcion del oficio eclesiástico cuando hay obligacion de decirle, porque en este caso, antes se ha de cumplir con lo preciso.

9. Si sucediese pasársete toda la mañana sin este ejercicio sagrado de la mental oracion, ó por los muchos negocios ó por otra causa (procurando cuanto te sea posible no ocupar este tiempo en otra cosa), procurarás reparar esta falta despues de comer en alguna hora, la más apartada de la comida, porque haciendo esto despues della, antes que la digestion esté muy adelantada, te sobrevendría alguna debilidad, la cual interesaria tu salud.

Y si en todo el dia no pudieras hacer este ejercicio, repararás esta pérdida multiplicando las oraciones ordinarias, y leyendo en algun libro de devocion con alguna penitencia que supla esta falta; y con esto resuelve el enmendarte el dia siguiente, y continuar tu ejercicio devoto.

CAPITULO II.

Breve método para la meditacion, y en primer lugar de la presencia de Dios. Primer punto de la preparacion.

Puede ser, querida Filotea, que no sepas cómo has de hacer la oracion mental, porque es una cosa la cual

por nuestra desventura pocas personas saben en esta era; causa por qué te presento un simple y breve método á este fin, esperando que por la lectura de diferentes libros compuestos á este sujeto, y sobre todo por el uso, puedas más seguramente quedar instruida. Primeramente te pongo la preparacion, la cual consiste en dos puntos: el primero es el ponerse en la presencia de Dios, y el segundo invocar su asistencia. Para ponerte en la presencia de Dios te propongo cuatro principales medios, de los cuales te podrás servir en este principio.

El primero consiste en una viva y atenta aprehension de la verdadera presencia de Dios, esto es, que Dios está en todo y por todo, y que no hay lugar ni cosa en este mundo donde no esté con una verdadera presencia; y así como los pájaros donde quiera que vuelen hallan siempre el aire, así nosotros donde quiera que vamos ó estemos, siempre hallamos á Dios presente. Cualquiera sabe esta verdad, mas no cualquiera la aprehende con atencion. Los ciegos, no viendo un príncipe que tengan presente, no dejan de tenerle respeto, siendo advertidos de su presencia; pero á decir verdad, como no le ven, fácilmente se olvidan que esté presente, y olvidados, con más facilidad le pierden el respeto y reverencia. ¡Ay de mí, Filotea! nosotros no vemos á Dios, aunque le tenemos presente; y aunque la fe nos advierte de su presencia, como no le vemos con nuestros ojos, fácilmente nos olvidamos, y entonces hacemos como si Dios estuviese bien lejos de nosotros.

Porque aunque sabemos bien que está presente á todas cosas, como no lo pensamos como debriamos, es lo mismo que si no lo supiésemos. Por esto debemos siempre antes de la oracion provocar nuestra alma á un atento pensamiento y consideracion desta presencia de Dios. Esta fué la aprehension de David cuando decía: «Si subo al cielo, allí, Dios mio, te hallo; si bajo á la tierra, allí tambien te hallo.» Debemos usar tambien de las palabras de Jacob, el cual, habiendo visto la escala sagrada: «¡O cuán temeroso este lugar! verdaderamente Dios está aquí, y yo no sabia nada.» Quiere decir que no pensaba en ello, porque cuanto á lo demás, no podia ignorar que Dios estaba en todo y por todo. Viniendo pues á la oracion, ó Filotea, dirás de todo tu corazon y á tu corazon: «¡O corazon mio, mi corazon! Dios está verdaderamente aquí.»

El segundo medio de ponerse en esta sagrada presencia, es el pensar que no solamente Dios está en el lugar donde tú estás, sino que particularmente está en tu corazon y en lo más íntimo de tu espíritu, al cual vivifica y anima con su divina presencia, estando allí como corazon de tu corazon y espíritu de tu espíritu; porque como el alma, estando extendida por todo el cuerpo, se halla presente en todas sus partes, y reside, no obstante esto, en el corazon con una especial residencia,—así Dios, estando presente á todas las cosas, asiste especialmente á nuestro espíritu. Y por esto llamaba David á Dios, Dios de su corazon; y san Pablo decía «que nosotros vivimos, nosotros nos movemos y somos en Dios». En la consideracion desta verdad, y citarás á una gran reverencia á tu corazon para con tu Dios, que íntimamente le está presente.

El tercero medio es considerar nuestro Salvador; el cual en su humanidad mira desde el cielo todas las personas del mundo, y particularmente los cristianos, que son sus hijos, y más especialmente á los que están en oracion, de los cuales nota las acciones y contención. No es esto, Filotea, una simple imaginacion, sino una verdadera verdad; porque aunque nosotros no le vemos, él desde lo más alto del cielo nos considera. Así le vió san Estéban al tiempo de su martirio; de manera que podrémos bien decir con la Esposa: «Véle allí, que está detrás de la pared, viendo por las ventanas y mirando por las rejas.»

La cuarta manera consiste en servirse de la simple imaginacion, representándonos el Salvador en su sagrada humanidad, como si estuviese junto á nosotros; así como nos representamos á nuestros amigos, y á veces decimos: Yo imagino ver un tal, que hace tal y tal cosa, y aun me parece que le veo, ó cosa semejante. Mas si el santo Sacramento del altar estuviese presente, entonces esta presencia seria real, y no puramente imaginada; porque las especies y apariencia del pan seria como una vidriera, detrás de la cual nuestro Señor, estando realmente presente, nos ve y considera, aunque nosotros no le vemos en su propia forma. Usarás pues, Filotea, de uno destes cuatro medios para poner el alma en la presencia de Dios antes de la oracion; no empleándolos todos juntos, sino uno cada vez, y este breve y simplemente.

CAPITULO III.

De la invocacion. Segundo punto de la preparacion.

La invocacion se hace desta manera: Sintiéndose tu alma ya en la presencia de Dios, se postrará con una extrema reverencia, conociéndose indignísima de hallarse delante tan soberana Majestad. Pero sabiendo que esta misma bondad lo quiere, le pedirás gracia para bien servirla y adorarla en esta meditacion; y si quieres, bien podrás usar de algunas palabras breves y fervorosas, como estas de David: «No me desechéis, Señor, ¡oh Dios mio! de la presencia de vuestra cara, y no me neguéis el favor de vuestro santo espíritu. Aclarad vuestra cara sobre vuestra hija, y considerará vuestras maravillas. Dadme entendimiento, y miraré vuestra ley y la guardaré con todo mi corazon. Yo soy vuestra sierva; dadme el espíritu;» y tales palabras semejantes á estas. Serviráte tambien (1) juntar la invocacion de tu buen ángel y de las sagradas personas que se hallaron al misterio que tú meditas: como en el de la muerte de nuestro Señor podrás invocar á nuestra Señora, san Juan, la Magdalena, el buen Ladrón, para que los sentimientos y movimientos interiores que recibieron te sean comunicados; y en la meditacion de tu muerte podrás invocar tu buen ángel, el cual se hallará presente para inspirarte las consideraciones convenientes; y así harás en los otros misterios.

CAPITULO IV.

De la proposicion del misterio. Tercero punto de la preparacion.

Despues destes dos puntos ordinarios de la meditacion, hay otro tercero, que no es comun á toda suerte de meditaciones: este es el que los unos llaman (2) fá-

(1) de juntar (*Edicion original.*)

(2) composicion de lugar, (*C-D.*)

brica de lugar, y los otros lición interior; y no es otra cosa sino proponer á la imaginacion el cuerpo del misterio que se quiere meditar, como si real y verdaderamente le tuviésemos en nuestra presencia. Por ejemplo, si quisieses meditar á nuestro Señor en la cruz, imaginarás estar en el monte Calvario, y que ves todo lo que se hizo y dijo el día de la pasion; ó si quieres (porque todo es uno), imaginarás que en el mismo lugar donde estás crucificaron á nuestro Señor de la manera que los evangelistas lo escriben. Lo mismo te digo cuando meditates la muerte, así como ya he dicho en su meditacion como tambien en la del infierno, y en todos los otros misterios semejantes donde se trata de cosas visibles y sensibles; porque cuanto á los otros misterios de la grandeza de Dios, de la excelencia de las virtudes, del fin para que somos criados (las cuales todas son cosas invisibles), no es necesario servirse desta suerte de imaginacion. Verdad es que se puede emplear alguna similitud y comparacion para ayudar á la consideracion; mas aun esto es en alguna manera difícil, y no quiero tratar contigo sino muy simplemente, y de suerte que tu espíritu no se trabaje demasiado con tantas imaginaciones. Por medio desta imaginacion encerramos nuestro espíritu en el misterio que queremos meditar, para que no ande corriendo á diversas partes, ni más ni menos como cuando encierran un pájaro en una jaula, ó como cuando atan el halcón á las púguelas porque haga asiento en el puño. Algunos te dirán (no obstante esto) que es mejor usar del simple pensamiento de la fe, y de una simple aprehension mental y espiritual en la representacion destes misterios; ó bien considerar que estas cosas se hacen en tu propio espíritu. Mas todo esto es demasiado sutil para el principio; y hasta que Dios te levante más alto, yo te aconsejo, Filotea, te detengas en este primer escalon que te muestro.

CAPITULO V.

De las consideraciones. Segunda parte de la meditacion.

Despues de la accion de la imaginacion se sigue la accion del entendimiento, la cual llamamos meditacion. Y no es otra cosa sino una ó muchas consideraciones hechas para levantar el corazon á Dios y á las cosas divinas; en lo cual diferencia la meditacion del estudio y de otros pensamientos y consideraciones, los cuales no se usan para adquirir la virtud ó el amor de Dios, sino por otro algun fin y intencion, como para hacerse docto, para escribir ó disputar. Habiendo pues encerrado tu espíritu, como he dicho, en lo encerrado del sugeto que quieres meditar, ó por la imaginacion si el sugeto es sensible, ó por la simple proposicion si es insensible; comenzarás á hacer sobre él consideraciones, para lo cual hallarás ejemplos formados en las meditaciones que ya te he dado. Y si tu espíritu halla bastante gusto, luz y fruto en alguna de las consideraciones, detendrás en ella sin pasar adelante, haciendo como las abejas, que no dejan la flor hasta que hallan la sabrosa miel. Mas si no hallas el fruto que deseabas en la una de las consideraciones, despues que hayas detenidote un poco en ella, pasarás á otra; yéndote poco á poco y simplemente en esta obra, sin alligirte ni acongojarte.

CAPITULO VI.

De las aficiones y resoluciones. Tercera parte de la meditacion.

La meditacion causa buenos movimientos en la voluntad y parte afectiva de nuestra alma, como son: el amor de Dios y del prójimo, el deseo del paraíso y de la gloria, el celo de la salud de las almas, la imitacion de la vida de nuestro Señor, la compasion, la admiracion, la alegría; el temor de la desgracia de Dios, del juicio y del infierno; la confianza en la bondad y misericordia de Dios, la confusion para con nuestra vida pasada: y en estos deseos y aficiones nuestro espíritu se debe extender y derramar lo más que le sea posible. Y si quieres hallar ayuda para esto, lee el primer tomo de las *Meditaciones* de don Andrés Capilla, y ve su prefacion, porque en él muestra el modo de dilatar estas aficiones y deseos; aunque más ampliamente lo hallarás en el padre Arias en su *Tratado de la oracion*.

No por esto, Filotea, has de detenerte tanto en estas aficiones generales, que no las conviertas en resoluciones especiales y particulares para tu correccion y enmienda. Por ejemplo: la primera palabra que nuestro Señor dijo en la cruz causará sin duda una buena aficion de imitacion en tu alma, es á saber, el deseo de perdonar tus enemigos y amarlos. Dígotelo pues que aun esto es muy poco, si no juntas una resolucion especial en esta forma: «Ahora propongo y digo que no me picaré más de tales palabras enojosas que un vecino ó vecina, mi doméstico ó doméstica dicen de mí; ni de tal y tal menosprecio que me hacen algunas personas; antes diré y haré tal y tal cosa para apaciguarlos y atraerlos;» y por el consiguiente en lo demás. Por este medio, Filotea, corregirás tus faltas en poco tiempo; cosa que por la sola aficion, sin resolucion, no podrás sino tarde y con dificultad.

CAPITULO VII.

De la conclusion y ramillete espirital.

Hase de concluir la meditacion por tres acciones, las cuales deben hacerse con la mayor humildad que sea posible:

La primera es la accion de las gracias, dándoselas á Dios de las buenas aficiones y resoluciones que nos ha dado y de su bondad y misericordia; la cual hemos descubierto en el misterio de la meditacion.

La segunda es la accion y ofrenda, por la cual ofrecemos á Dios su misma bondad y misericordia, la muerte, la sangre, las virtudes de su Hijo, y juntamente con ellas nuestras aficiones y resoluciones.

La tercera accion es aquella de la suplicacion, por la cual pedimos á Dios nos comunique las gracias y virtudes de su Hijo, y dé la bendicion á nuestras aficiones y resoluciones, para que así las podamos ejecutar fielmente. Despues desto, rogamos á Dios por la Iglesia, por nuestros preladados, parientes, amigos y otros, poniendo para esto la intercesion de nuestra Señora, de los ángeles y de los santos; diciendo á la fin el *Pater noster* y el *Ave María*, que es la general y necesaria oracion de todos los fieles.

Despues de todo esto, me ha parecido que será bien coger un ramillete de devocion; quiero decir, lo si-

guiente: los que se han paseado en un hermoso jardin, no salen dél de buena gana sin coger cuatro ó cinco flores, en cuyo olor hallan todo aquel día regalos: así nuestro espíritu. Habiendo discurrido sobre algun misterio por la meditacion, debemos escoger uno, dos ó tres puntos que hayan caído más á nuestro entendimiento, para que estos queden en nuestra memoria todo aquel día, gozando espiritualmente de su suave olor. Esto se hace en el mismo lugar donde hemos meditado, entreteniéndonos ó paseándonos con soledad algun tiempo despues.

CAPITULO VIII.

Algunos avisos muy provechosos sobre el sujeto de la meditacion.

Sobre todo es menester, Filotea, que al salir de la meditacion tengas en la memoria las resoluciones y deliberaciones que habrás tomado, para practicarlas cuidadosamente en aquel día. Este es el mayor fruto de la meditacion, sin el cual es muchas veces no solo inútil, pero dañosa; porque las virtudes meditadas y no practicadas hinchán y desvanecen á veces el espíritu y ánimo, pareciéndonos que somos ya los mismos que habemos resuelto y deliberado de ser: lo cual es sin duda verdadero, siendo las resoluciones vivas y sólidas; pero no son tales, sino antes vanas y peligrosas, no siendo practicadas. Menester es pues de todas maneras procurar practicarlas; y para esto buscar las ocasiones grandes ó pequeñas. Por ejemplo: si yo he propuesto de atraer por amor el espíritu de los que me han ofendido, procuraré este día encontrarlos, ó por lo menos decir bien dellos, y rogar por ellos á Dios.

Al salir desta oracion cordial, tendrás cuenta de no inquietar tu corazon, porque sería perder el bálsamo que has recibido por medio de la oracion: esto es, que has de guardar (si te fuere posible) un poco de silencio, y rumiar poco á poco en tu corazon el pasado ejercicio, teniendo en la memoria, el más tiempo que puedas, el sentimiento y las aficiones que hubieres recibido. Un hombre que recibiese en un vaso de hermosa porcelana algun licor de gran precio, para llevarle á su casa, este tal iría poco á poco, no echando la vista á ninguna parte, sino delante de sí, temiendo deslizar en alguna piedra ó dar algun paso falso, mirando siempre lo que lleva, de miedo no se derrame. Lo mismo debes hacer tú al salir de la meditacion. No te distrayas luego, sino mira simplemente tu camino; pero si encuentras alguno á quien estés obligado de oír ó entretener, no hay remedio: entonces es menester te acomodes al caso; pero de suerte que mires tambien tu corazon, porque el licor de la santa oracion no se derrame sino lo menos que sea posible.

Tambien es menester acostumbrarte á usar de la oracion en todas suertes de acciones que tu vocacion ó profesion justa y legítimamente requieren, como el abogado abogando, el mercader en su trato, la mujer casada en la obligacion de su matrimonio y casería de su casa: y esto con tanta suavidad y tranquilidad, que no por eso se turbe el espíritu; que pues lo uno y lo otro es segun la voluntad de Dios, hase de hacer tambien paso de lo uno á lo otro en espíritu de humildad y devocion.

Sabrás tambien que te sucederá algunas veces,

luego que hayas hecho la preparacion, moverse toda tu aficion en Dios. Entonces, Filotea, menester es dejalla la brida, sin querer seguir el método que te he dado: porque aunque es verdad que ordinariamente la consideracion deba preceder á la aficion y resolucion, como el Espíritu Santo te dé antes la aficion que la consideracion, no debes buscar la consideracion, viendo que esta no se hace sino para mover la aficion. En fin, siempre que las aficiones se te presentaren, has de recibirlas y hacerlas lugar, sea que lleguen antes ó despues de las consideraciones. Y aunque yo haya puesto las aficiones despues de todas las consideraciones, no lo he hecho sino para mejor distinguir las partes de la oracion; porque en lo demás, es una regla general que jamás se han de detener las aficiones, antes se les ha de dar lugar á que salgan cuando se nos presentan. Y esto que digo, no solo se entiende por las otras aficiones, sino tambien por la accion de las gracias, el ofrecimiento y rogativa; que se pueden hacer por medio de las consideraciones, dándolas tambien lugar como á las otras aficiones: bien es verdad que para la conclusion de la meditacion es menester mencionarlasy repetirlas. Mas cuanto á las resoluciones, es menester hacerlas despues de las aficiones, y al fin de toda la meditacion, antes de la conclusion; por cuanto habiéndonos estas de representar objetos particulares y familiares, si las hiciésemos en medio de las aficiones, nos pondrian en peligro de distraernos y divertirnos.

En medio de las aficiones y resoluciones es bueno el usar de coloquio y hablar, ya con nuestro Señor, ya con los ángeles y con las demás personas representadas en el tal misterio; con los santos, consigo mismo, con su corazon, con los pecadores y aun tambien con las criaturas insensibles; como se ve que David hace en sus psalmos, y los otros santos en sus meditaciones y oraciones.

CAPITULO IX.

Para los desabrimientos que suceden en la meditacion.

Si te sucede, Filotea, sentir desabrimiento y desconsuelo en la meditacion, ruégote no te inquietes, sino que antes abras la puerta á las palabras vocales, lamentándote tú misma de tí misma á tu Dios. Confiesa tu indignidad, ruégale que te ayude, besa su imagen, si la tuvieres presente, y dile estas palabras de Jacob: «No te dejaré, Señor, hasta que me des tu bendicion;» ó aquellas de la Cananea: «Sí, Señor, yo soy una perra; mas los perros comen de las migajas de la mesa de su Señor.»

Otras veces toma un libro y léele con atencion, hasta que despierte tu espíritu y vuelva en sí; hiere alguna vez tu corazon con algun movimiento de devocion exterior, humillándote en tierra, cruzando las manos sobre el pecho, abrazando un crucifijo (entiéndese esto si estás en algun lugar retirado). Y si despues de todo lo dicho no hallares consuelo, por grande que sea el desabrimiento, no por eso te desasosiegues, sino antes continúa en tener una humildad devota delante tu Dios. ¡Cuántos cortesanos hay, que van cien veces á la cámara de su príncipe, sin esperanza de hablarle, sino solamente para mostrar que cumplen con sus obligaciones! Así debemos nosotros venir, mi querida Filotea.

Q-11.

tea, á la santa oracion, pura y simplemente, para cumplir con nuestra obligacion y atestiguar nuestra fidelidad; que si es servida la divina Majestad de hablarnos y entretenerse con nosotros por sus santas inspiraciones y consuelos interiores, serános sin duda una gran honra y un placer muy regalado. Pero si no es servido de hacernos esta gracia, dejándonos allí sin hablarnos, como si no nos viera ni estuviésemos en su presencia, no por eso debemos salirnos, sino antes quedarnos delante esta soberana bondad con un semblante devoto y apacible. Y así infaliblemente le agradará nuestra paciencia, y notará nuestra continuacion y perseverancia; y otra vez cuando volviéremos á su presencia, nos favorecerá y se entretendrá con nosotros por medio de sus consolaciones, haciéndonos ver la amenidad de la santa oracion. Y cuando no hiciese esto, contentémonos, Filotea, con que nos es una honra en extremo grande el estar cerca dél y á su vista.

CAPITULO X.

Ejercicios para la mañana.

Fuera desta oracion mental entera y formada, y las otras oraciones vocales que estás obligado á hacer cada día, hay otras cinco suertes de oraciones, que sirven como de adelantamiento y ayuda á la otra grande oracion. Entre las cuales la primera es la que se hace á la mañana, como una preparacion general para todas las obras del día. Haráse pues desta manera.

1. Da gracias y adora á Dios profundamente por la merced que te ha hecho en conservarte la noche precedente; y si en ella hubieres cometido algun pecado, pídele perdon.

2. Mira que el día presente se te ha dado para que en él puedas ganar el venidero día de la eternidad, y harás un firme propósito de emplear á este fin bien el día.

3. Prevee qué negocios, qué tratos ó qué ocasiones puedes encontrar este día para servir á Dios, y qué tentaciones te podrán sobrevenir para ofenderle ó por cólera ó por vanidad ó por otro desconcierto. Y con una santa resolucion prepárate para emplear bien los medios que se te ofrecieren para servir á Dios y adelantar tu devocion; y al contrario, te dispondrás á evitar, combatir y vencer lo que se presentare contra tu salud y gloria de Dios. Y no basta el hacer esta resolucion, sino que se han de preparar los medios para bien ejecutarla: por ejemplo, si yo preveo que he de tratar de algun negocio con alguna persona apasionada y pronta á la cólera, no solo resolveré no ofenderla, sino antes prepararé palabras blandas para prevenirla, ó la asistencia de alguna persona que la pueda contener. Si preveo que he de visitar un enfermo, dispondré la hora, las consolaciones y socorro que tengo de darle. Y así en lo demás.

4. Hecho esto, humíllate delante de Dios, reconociendo que de tí misma no podrias hacer nada de lo que has deliberado, sea para huir el mal ó para ejecutar el bien; y como si tuvieses tu corazon en tus manos, ofrécele con todos tus buenos designios á la divina Majestad, suplicándola le reciba en su proteccion y le fortifique, para que mejor se aplique á su santo servicio; haciendo esto con tales ó semejantes palabras interiores: «¡O Señor! Ves aquí este pobre y miserable corazon,

que por tu bondad ha concebido muchos buenos deseos; mas ¡ay de mí! que de suyo es muy flaco y débil para efectuar el bien que desea, si tú, Señor, no le repartes tu celeste bendición. La cual á este fin te pido, ó padre de mansedumbre, por los merecimientos de la pasión de tu precioso Hijo; á cuyo honor consagro este día y lo restante de mi vida.» Invoca á nuestra Señora, tu Ángel de la Guarda y los santos, para que á este fin te ayuden.

Todas estas aficiones espirituales se han de hacer breve y vivamente, antes de salir del aposento (si fuere posible), para que por medio deste ejercicio todo lo que hicieres en el espacio del día sea participante de la bendición del Señor. Ruégote, Filotea, no faltes jamás en esto.

CAPITULO XI.

Del ejercicio de la noche, y el exámen de la conciencia.

Como antes del comer temporal haces tu comida espiritual por medio de la meditación, así antes del cenar has de hacer una pequeña cena, ó á lo menos una colación devota y espiritual. Procura pues algún lugar un poco antes de la hora del cenar, y postrado delante de Dios, recogiendo tu espíritu en Cristo crucificado (el cual te le representas por una simple consideración y vista interior), vuelve á encender el fuego de tu meditación matutina en tu corazón con vivas aspiraciones, humildades y muestras amorosas; que harás en honor deste divino Salvador de tu alma, ó bien repitiendo los puntos en que habrás hallado más gusto en la meditación de la mañana, ó bien excitándote á otro sujeto nuevo, segun mejor te pareciere.

Cuanto al exámen de la conciencia, que se debe hacer siempre antes de acostarse, cualquiera sabe cómo se ha de practicar.

1. Dase gracias á Dios por habernos guardado el pasado día.

2. Examínase cómo se ha gobernado en todas las horas del día. Y para hacer esto más fácilmente, se considera dónde, con quién, en qué ocupaciones se ha estado.

3. Si se halla haber hecho algún bien, danse á Dios las gracias; si al contrario, se ha hecho algún mal con pensamientos, palabras ó obras, pídesese perdón á su divina Majestad, con resolución de confesarse en la primera ocasión, y de enmendarse cuidadosamente.

4. Despues desto, se encomienda á la Providencia divina el cuerpo, el alma, la Iglesia, los parientes, los amigos; rézase á nuestra Señora, al Ángel de la Guarda, á los santos, para que nos amparen y sean nuestros intercesores; y con la bendición divina se va á gozar del reposo, no excusado á esta parte mortal.

Este ejercicio no debe jamás olvidarse, así como el de la mañana. Por el de la mañana abres las ventanas de tu alma al Sol de la justicia; y por el de la noche las cierras á las tinieblas del infierno.

CAPITULO XII.

Del retrete espiritual.

Aquí es, querida Filotea, donde con aficionado deseo debes seguir mi consejo, porque en este artículo consiste uno de los más seguros medios de tu adelantamiento perpétuo.

Llama á tu espíritu las más veces que pudieres al día, á la presencia de Dios por uno de los cuatro modos que ya te he dicho; y mira lo que hace Dios y lo que tú haces, verás sus ojos vueltos á tu lado, y perpétuamente fijos en tí con un amor incomparable. Dirás pues: ¡O Dios mio! ¿por qué no te miro yo siempre como tú siempre me miras? ¿Por qué piensas, Señor mio, en mí tan á menudo; y por qué pienso yo en tí tan pocas veces? ¿Dónde estamos pues, ó alma mia? Nuestro verdadero lugar es Dios; ¿dónde pues nos hallamos?

Como los pájaros hacen sus nidos sobre los árboles, donde cuando han menester hallan su retirada; y los ciervos tienen sus matas y sus fuertes, en los cuales recelosos se encaman y cubren, gozando el fresco de la sombra en verano; así, Filotea, nuestros corazones deben tomar y escoger cada día algún puesto (ó sobre el monte Calvario, ó en las llagas de nuestro Señor, ó en otro lugar cerca dél), para hacer nuestras retiradas en cualquier suerte de ocasiones, y allí consolarnos y recrearnos entre los negocios exteriores, estando allí como en un fuerte, de donde se defenderá de las tentaciones. Dichosa será el alma que podrá decir con verdad á nuestro Señor: «Tú, Señor, eres mi casa de refugio, mi muralla segura, mi techo contra el agua y mi sombra contra el calor.»

Acuérdate pues, Filotea, de retirarte muchas veces á la soledad de tu corazón, mientras que corporalmente estás en medio las conversaciones y negocios; que esta soledad mental de ninguna manera puede ser impedida por la muchedumbre de los que tienes presentes, porque estos no están al rededor de tu corazón, sino solo de tu cuerpo. Procurará pues que tu corazón solo esté en la presencia de Dios solo. Este era el ejercicio que hacía el rey David en medio de tantas ocupaciones como tenía, como vemos en mil pasos de sus salmos. «¡O Señor! siempre estoy contigo; yo siempre veo á mi Dios delante de mí; mis ojos he levantado á tí, o Dios mio, que habitas en el cielo; mis ojos están siempre en Dios.»

Tambien las consideraciones no son de ordinario de tanta importancia, que no se pueda á tiempos retirar el corazón á esta divina soledad.

El padre y madre de santa Catalina de Sena, habiéndola quitado todas las comodidades, como lugar y tiempo para rezar y meditar en nuestro Señor, la inspiró hiciese un interior oratorio en su espíritu; dentro del cual retirándose mentalmente, ejercitaba en medio de los negocios exteriores esta santa y cordial soledad. Y cuando el mundo despues la perseguía ó tentaba, no por eso recibía ninguna incomodidad; y esto decía que era porque en tales ocasiones se encerraba en el camarín interior de su entendimiento, donde se consolaba con su celeste Esposo. Y así, desde entonces aconsejaba á sus hijos espirituales hiciesen un aposento en su corazón, donde pudiesen vivir seguros.

Retira pues á veces tu espíritu á tu corazón, donde separado de todos los hombres, puedas tratar cordialmente de tu alma con tu Dios, diciendo con David: «Yo he velado y he sido semejante al pelicano de la soledad, y me he hecho como el buho en el domicilio y como el pájaro solitario en el tejado.» Las cuales palabras, fuera de su sentido literal (que atestiguan cómo este gran

rey reservaba algunas horas á la soledad en la contemplación de las cosas espirituales), nos muestran en su sentido místico tres excelentísimas retiradas, y como tres ermitas, en las cuales podemos ejercer nuestra soledad á la imitación de nuestro Salvador: el cual en el monte Calvario fué como el pelicano de la soledad, que con su sangre da vida á sus polluelos muertos; en su natividad en un pesebre desierto, fué como el buho en el domicilio, plañendo y llorando nuestras faltas y pecados; en el día de su ascension fué como el pájaro, retirándose y volando al cielo, que es como techo del mundo: y en todos estos tres lugares podemos hacer nuestras retiradas en medio la confusión de los negocios. El bienaventurado (1) Elizario, conde de Arian, en Provenza, habiendo estado mucho tiempo ausente de su devota y casta Delfina, ella le envió un correo para que la trajese nuevas ciertas de la salud de su esposo, y él respondió: «Yo estoy bueno, mi amada compañía; y si me quisieredes ver, buscádmeme en la llaga del lado de nuestro dulce Jesus, porque allí es donde yo habito y donde vos me hallaréis; y en otra parte será buscarme en vano.» Con razon se podia llamar á este caballero cristiano.

CAPITULO XIII.

De las aspiraciones, oraciones jaculatorias y buenos pensamientos.

Retírase á Dios, por cuanto se aspira á él, y aspirase para retirarse; de manera que la aspiración en Dios y la retirada espiritual se conservan la una á la otra, y entrambas provienen y nacen de los buenos pensamientos.

Aspira pues á menudo en Dios, Filotea, por cortas, pero ardientes salidas de tu corazón; admira su hermosura, invoca su ayuda, échate en espíritu al pié de la cruz, adora su bondad; pregúntale á menudo por tu salud, dale mil veces al día tu alma, fija tus ojos interiores en su dulzura, alégale la mano como un niño á su padre, para que él te conduzga; ponle sobre tu pecho como un ramillete regalado; árbólale en tu alma como un estandarte, y haz mil suertes de diversos movimientos en tu corazón, para darte á tí misma el amor de Dios, y ejercitarte á una apasionada y tierna dilección deste divino Esposo.

Así se hacen las oraciones jaculatorias que el gran san Agustín aconseja cuidadosamente á la devota dama Proba. Filotea, nuestro espíritu si se da al trato, prianza y familiaridad de su Dios, se perfumará todo de sus perfecciones. Y, mirado bien, no es nada dificultoso este ejercicio, porque se puede entrelazar en todos nuestros negocios y ocupaciones, sin que por eso se estorben; por cuanto (sea en el retrete espiritual, ó sea en estos asaltos interiores) no se hacen sino pequeños y cortos divertimientos, los cuales no estorban de ninguna manera, antes sirven mucho al progreso de lo que hacemos. El peregrino que toma un poco de vino para alegrar el corazón y refrescar la boca, aunque se detiene un poco, no por eso rompe el camino, antes recibe fuerzas para acabarle más presto y más fácilmente, no deteniéndose sino para mejor poder andar.

Muchos han juntado diversas aspiraciones vocales,

(1) Elzear (Dice el texto francés y reprodujo Cubillas Don-Yagüe.)

que verdaderamente son muy útiles; pero á mi parecer, Filotea, no te atarás á ninguna suerte de palabras, antes pronunciarás, ó de boca ó de corazón, las que el amor te enseñare, porque él te dará las mejores. Verdad es que hay ciertas palabras que tienen particular fuerza para contentar el corazón en este particular, como son los fervorosos asaltos, que tan á menudo hallarás en los psalmos de David; las invocaciones diversas del nombre de Jesus, los pasos de amor que están impresos en el Cántico de los Cánticos. Las canciones espirituales sirven tambien al mismo efecto, cantándose con atención.

En fin, como los que están enamorados de un amor humano y natural tienen casi todos los pensamientos en la cosa amada, lleno el corazón de afición para con ella, la boca llena de sus alabanzas, no perdiendo en ausencia ocasión de mostrar por cartas su afición, ni hallando árbol en cuya corteza no escriban el nombre de quien aman; así los que aman á Dios no pueden cesar de pensar en él, respirar por él, aspirar á él y hablar dél; y quisieran, si fuese posible, grabar en el pecho de todas las personas del mundo el santo y sagrado nombre de Jesus.

A lo cual todas las cosas los convidan, y no hay criatura que no les anuncie la alabanza de su bien amado; y (como dice san Agustín, despues san Antonio) todo cuanto hay en el mundo los habla con una lengua muda, pero muy inteligible, en favor de su amor; todas las cosas los provocan á buenos pensamientos, de los cuales nacen despues muchas salidas y aspiraciones en Dios. Y ves aquí algunos ejemplos.

San Gregorio, obispo de Nazianzo (segun él mismo contaba á su pueblo), paseándose á las orillas del mar, consideraba cómo, adelantándose las olas sobre la tierra, dejaban almejas, conchuelas, caracolillos, tallos de yerbas, ostrecillas pequeñas, y semejantes menudencias que la mar desechaba, ó por manera de decir, escupía á las orillas; y volviendo despues con nuevas olas, tornaba á tomar y recoger parte de lo que habia dejado, mientras que las rocas de alrededor quedan firmes y inmóviles, por más que las combatía con la resaca furiosa continuada. Sobre esto fabricó este espiritual pensamiento: que los flacos, como las almejas, conchuelas y caracolillos, se dejan llevar, ya á la aflicción y ya á la consolación, puestos á la voluntad de las ondas y olas de la fortuna; pero que los grandes ánimos quedan firmes y inmóviles á cualquier suerte de borrasca. Y deste pensamiento hizo nacer estos fervorosos afectos de David: «¡O Señor! sálvame, porque las aguas han penetrado hasta mi alma. ¡O Señor! líbrame del profundo de las aguas, que me han llevado al profundo de la mar, y la tempestad me ha sumergido;» porque entonces se hallaba en grande aflicción, viendo que (2) Máximo intentaba usurpar su obispado.

San Fulgencio, obispo de Ruspa, hallándose en una junta general de la nobleza romana, la cual hacia Teodorico, rey godo, y viendo el resplandor de tantos señores que estaban en hilera, cada uno segun su calidad, dijo: «¡O Dios mio, y cuán hermosa debe ser la Jerusalem celeste, pues aquí abajo se ve tan pomposa Roma la terrestre! Y si en este mundo al-

(2) Maximus (Edición original.)