

cado mortal, ¿qué mejor oracion quereis y qué mejor fruto?

Esta es la respuesta que dió el padre del hijo pródigo al hermano mayor, que viendo había recibido á su hermano con tanta fiesta y regocijo, se indignó y no queria entrar en casa, diciendo: «há tantos años que os sirvo y estoy sujeto á vuestro mandado, y siempre os he sido obediente y nunca me habeis dado siquiera un cabrito para que comiese con mis amigos; y á esotro, que ha desperdiciado la hacienda y sido desobediente, habeis muerto el becerro grueso y héchole banquete espléndido con tanta música y regocijo.» Respondele el padre: «Hijo, mirad que no hago esto por querer al otro mas que á vos, vos siempre estais en mi casa y conmigo, tambien será razon que conozcais y estimeis lo que yo hago con vos. ¿No os hago harto favor y merced en teneros siempre conmigo (1)?» Pues asi acá, ¿paréceos poco teneros el Señor siempre consigo y en su casa? Mas es daros el Señor el don de la perseverancia y teneros siempre, que no os aparteis de él ni caigais en pecado, que despues de caido daros la mano como la dió al hijo pródigo, como mas es teneros que no os quebreis la cabeza que, despues de quebrada, sanaros. Pues si Dios con esa oracion, que teneis, os da esto, ¿de qué os quejais? Si con esa oracion os da una prontitud grande para todas las cosas del servicio de Dios, y una indiferencia y resignacion entera para todas las cosas de la obediencia, ¿qué mas quereis? Si Dios con esa oracion os conserva en humildad y en temor suyo, y en andar con recato, guardándo-os de las ocasiones y de los peligros, ¿qué hay que suspirar por mas? Ese es el fruto que vos habeis de sacar de la oracion cuando la tuviéredes muy alta y muy subida, y cuando el Señor os

(1) Fill, tu sompor in quin os. Luc. XXV, 19.

diera muchos gustos y consolaciones en ella, á eso los habeis de enderezar. Pues esto es lo que hace Dios en esa oracion llana y ordinaria; da el fin y el fruto de ella sin aquellos medios extraordinarios de elevaciones, y de gustos y consolaciones, como lo experimentan los que perseveran en ella. Y asi debemos por ello á Dios dobladas gracias; porque por una parte nos quita el peligro de vanidad y soberbia que pudiéramos tener si nos llevara por esotro camino, y por otra parte nos dá el fruto y provecho de la oracion muy cumplido. Del santo Patriarca José, dice la Sagrada Escritura (1), que habló á sus hermanos con palabras duras y ásperas, y por otra parte les hinchó los sacos de trigo y mandó al mayordomo que les hiciese buen tratamiento. Asi se há muchas veces el Señor con nosotros.

No acabamos de entender en qué consiste la oracion, ó por mejor decir, no acabamos de entender en qué consiste nuestro aprovechamiento y perfeccion, que es el fin y fruto á que se ordena la oracion. Y asi muchas veces cuando nos vá mal, pensamos que nos vá bien; y cuando nos vá bien, pensamos que nos vá mal. Sacad vos de la oracion lo que habemos dicho, especialmente proceder aquel dia bien y con edificacion como deciamos arriba (2), y habreis tenido buena oracion aunque hayais estado allí mas seco que un palo y mas duro que una piedra. Y si no sacais eso, no habeis tenido buena oracion, aunque hayais estado derramando lágrimas toda ella, y aunque os parezca que os habeis elevado hasta el tercero cielo. Y asi de aquí adelante no os quejéis de la oracion, sino volved todas las quejas contra vos y decid: «váme mal en la mortificacion; váme mal en la humildad, en la paciencia, en el silencio y recogimiento.»

(1) Genes. XLII, 7 et 23.
(2) Cap. XVIII.

Esa es buena queja, porque es quejaros de vos, que no haceis lo que debeis y está en vuestra mano; y esotro de andaros quejando de la oracion, parece que es quejaros de Dios, porque no os dá en ella la entrada y quietud y consuelo que vos quisiérades; y esa no es buena queja, no es palabra esa para provocar á Dios á misericordia, sino á ira ó indignacion, como dijo la santa Judit á los de Betulia (1). Y es cosa de ver cuán al revés andamos en esto, porque no veo que nos quejamos de que no nos queramos mortificar, ni humillar, ni enmendar, que es lo que está en nuestra mano, y andamos quejándonos de lo que no está en nuestra mano, sino á cuenta de Dios. Tratad vos de mortificaros y venceros, y haced en esto lo que es de vuestra parte, y dejad á Dios lo que está á su cuenta, que mas deseo tiene él de nuestro bien que nosotros mismos; y si nosotros hacemos lo que es de nuestra parte, bien seguros podemos estar que no faltará él de la suya en darnos lo que nos conviene. Diremos de esto mas largamente, tratando de la conformidad con la voluntad de Dios, donde satisfaremos mas de propósito á esta queja y tentacion (2).



CAPITULO XXI.

De las causas de la distraccion en la oracion y de sus remedios.

Cosa suele ser esta muy ordinaria, y asi tratan de ella comunmente los Santos y Casiano muy en particular (3). De tres causas ó raices dicen que puede proceder la distraccion en la oracion: unas veces, de nuestro descuido y negligencia, por andar nosotros derramados entre dia, con poca

(1) Non est iste sermo qui misericordiam provocet, sed potius qui iram excitet, et furorem accendat. Judith, VIII, 41.
(2) Trat. 8, c. 24 y siguientes; y arriba el cap. 8, al fin, en Bernard.
(3) Cassianus, Collat. 4 et 7.

guarda del corazon y poco recogimiento en nuestros sentidos. El que anda de esta manera no tiene que preguntar de dónde le viene el estar distraido en la oracion y no poder entrar en ella, porque claro está que las imágenes, figuras y representaciones de las cosas que deja entrar allá dentro le han de molestar é inquietar despues en la oracion. Dice muy bien el abad Moysen (1), que aunque no está en manos del hombre el no ser combatido de pensamientos; pero que lo está el no admitirlos y el desecharlos cuando vienen. Y añade mas, que tambien está en manos del hombre en gran parte el corregir y enmendar la calidad de esos pensamientos, hacer que se le ofrezcan pensamientos buenos y santos, y que esotros de cosas vanas é impertinentes se le vayan olvidando. Porque si se dá á ejercicios espirituales de leccion, meditacion y oracion, y se ocupa en obras buenas y santas, tendrá pensamientos buenos y santos; pero si no trata de eso entre dia, sino de apacentar sus sentidos en cosas vanas é impertinentes, de eso serán sus pensamientos. Y trae una comparacion, que es tambien de San Anselmo y de San Bernardo. Dicen estos Santos (2), que el corazon del hombre es como la piedra del molino, que siempre muele; pero en manos del que la rige está hacer que muele trigo, ó cebada, ó centeno: lo que le echaren, eso molerá. Asi el corazon del hombre no puede estar sin pensar en alguna cosa, siempre ha de moler; pero con vuestra industria y diligencia podeis hacer que muele trigo, cebada, ó centeno, ó tierra; lo que le echáredes, eso molerá. Pues conforme á esto, si quereis estar recogido en la oracion, es menester que procureis entre dia traer recogido el corazon y guardadas las puertas de vues-

(1) Collat. 1.
(2) Collat. 1, cap. 18.

de esta consideracion para mostrar cuán gran desacato sea este, y tráela tambien San Agustin (1). Si yo, dice, fuese criado de un hombre, que es de mi misma naturaleza, y en el tiempo que le tengo de servir, dejase de traerle el manjar y la bebida por hablar con otro criado, con justa razon me reprenderia y castigaria. Y si yendo delante de un juez á querellarme de alguno que me injurió, le dejase con la palabra en la boca, y le volviese las espaldas, y me parase á hablar con alguno de los que estuviesen presentes, ¿no os parece que el juez me tendria por descomedido y me mandaria echar del tribunal, donde estaba juzgando, como á hombre mal criado? Pues eso es lo que hacen los que, yendo á la oracion á hablar con Dios, se distraen, pensando en otras cosas impertinentes. Nuestro Padre nos pone tambien este medio en una de las adiciones ó advertencias que dá para la oracion (2), donde dice que un poco antes de entrar en la oracion, por espacio de un Paternoster, levantemos el espíritu al cielo y consideremos que está allí Dios presente y que nos está mirando, y así con gran reverencia y humildad entremos en la oracion. Y habemos de procurar que esta presencia de Dios no se nos pierda de vista en todo el tiempo de la meditacion, conforme á aquello del Profeta: "La meditacion de mi corazon es siempre delante de vos (3)."

San Crisóstomo dice (4): "haced cuenta que cuando vais á la oracion, entrais en aquella corte celestial, en la cual el Rey de Gloria está sentado en un cielo estrellado, cercado de innumerables ángeles y Santos, y que

(1) Aug. sup. Ps. 83.
 (2) Ignatius, lib. Exercitior. spiritualium.
 (3) Et meditatio cordis mei in conspectu tuo semper. Ps. XVIII, 13.
 (4) Crisost. super illud. Ps. 4, miserere mei, et exaudi orationem meam; tom. I.

todos os están mirando, conforme á aquello de San Pablo: "Somos en el mundo espectáculo que miran los ángeles y los hombres (1)." San Bernardo aconseja en esto lo que él debia de hacer (2): "Cuando entrases en la Iglesia ó te recogieres á orar, pon la mano sobre tu boca, y di: quedaos aquí á la puerta, pensamientos y apetitos malos, y tú, ánima, entra en el gozo de tu Señor para que veas y hagas su santa voluntad." San Juan Clímaco dice (3): el que cuando hace oracion considera de veras que está delante de Dios, está como una columna firme y constante que no se mueve. Y refiere que, mirando él una vez que un religioso estaba mas atento que los otros en el cantar de los Salmos, y que especialmente al principio de los himnos, con la figura y semblante que mudaba, parecia que hablaba con otro, le rogó despues que le dijese qué significaba aquello. Respondió el monje: "Yo al principio del Oficio Divino suelo recoger con gran cuidado mi corazon y pensamientos, y llamándolos ante mí, les digo: "Venid, adoremos y postrémonos delante del Señor (4)." Todas estas son muy buenas y muy provechosas consideraciones para estar con atencion y reverencia en la oracion.

Otros dan por remedio estar delante del Santísimo Sacramento, si estamos donde lo podemos hacer, ó si no mirar á dónde está el Santísimo Sacramento mas cerca, y poner allá el corazon, y tambien mirar á las imágenes: otros se ayudan mirando al cielo.

(1) Spectaculum facti sumus mundo, et angelis, et hominibus. I. ad Cor. V, 9.
 (2) Veniens ad Ecclesiam pone manum tuam super os tuum, et dic: spectate hic cogitationes malae, intentiones, et affectus cordis, et appetitus carnis, tu autem anima mea intra in gaudium Domini Dei tui, ut videas voluntatem Domini, et visites templum ejus.
 (3) Clímacus, in scala spirituali, gradu 4 et 18.
 (4) Venite adoremus, et procidamus, et ploremus ante Dominum qui fecit nos, quia ipse est Dominus Deus noster, et nos populus pascuae ejus, et oves manus ejus, Ps. LXLIV, 6.

Tambien es muy buen remedio para avivarse uno, cuando tiene distracciones y sequedad en la oracion, decir algunas oraciones jaculatorias y hablar vocalmente con Dios representándole su flaqueza y pidiéndole remedio para ella: "Señor, responded por mí que padezco fuerza (1)." Aquel ciego del Evangelio, aunque Cristo nuestro Redentor parece que disimulaba y se pasaba de largo, y aunque la gente le decia que callase, él no dejaba de dar voces, antes las levantaba mas, clamando y diciendo: "Jesus, hijo de David, ten misericordia de mí (2)." Así lo habemos de hacer nosotros: aunque el Señor disimule y parezca que se pasa de largo sin visitarnos, y aunque la turba y muchedumbre de pensamientos y tentaciones nos impela á callar, no por eso habemos de callar, sino dar mayores voces: "Señor, habed misericordia de mí." "Señor, fortaleced (3) y confortad este corazon en esta hora, para que pueda pensar en vos y estar firme y constante en la oracion." Decia una Santa (4): "Si no pudiéredes hablar con Dios con el corazon, no dejéis de hablarle con la boca muy á menudo; porque lo que así se dice frecuentemente, fácilmente da calor y fervor al corazon." Y confiesa de sí esta Santa que algunas veces, por no hacer estas oraciones vocales, perdió la oracion mental; porque era, dice, agravada é impedida de la pereza y del sueño. Y por nosotros pasa esto: algunas veces acontece dejar uno de hablar en la oracion de pereza y flojedad, y por estar medio dormido; y si hablara, se despertara y avivara para la oracion.

Tambien dice Gerson que es buen re-

(1) Domine, vim patior, responde pro me. Isai. XXXVIII, 14.
 (2) Jesu, Fili David, miserere mei. Marci, X, 47 et Lucae XVIII, 38.
 (3) Confirma me, Domine Deus, in hac hora. Judith, XIII, 9.
 (4) S. Angela de Fulgino, c. 38 y 61.
 B. del C., tomo XIV.—I.—EJERCICIO DE PERFECCION Y VIRTUDES CRISTIANAS.—T. I.

medio para las distracciones, llevar bien preparado el ejercicio y determinados diversos puntos para la oracion; porque con esto, cuando uno se distrae, en advirtiéndolo en ello, tiene ya su punto cierto y determinado para acogerse á él, y si en él no halla entrada, pasa luego á otro punto de los que lleva prevenidos y torna mas fácilmente á en hilar su oracion. Y nosotros hallamos, cuando nos examinamos, que muchas veces la causa de estar distraidos y andar vagueando en cosas diversas, suele ser por no llevar bien prevenidos y sabidos los puntos sobre que habemos de tener la oracion, ni tener cosas ciertas y determinadas á que nos acoger.

Fuera de esto, este aviso y el siguiente son necesarios para ir bien preparados á la oracion; y así, nuestro padre nos encomienda esto con palabras encarecidas. "Ayudará, dice (1), grandemente, antes de entrar en la oracion, recapacitar los puntos que se han de meditar y llevar determinado el número de ellos. Y leemos de él, que lo hacia así, no solamente en sus principios, sino despues tambien, siendo ya viejo, leia y preparaba su ejercicio de parte de noche, y se acostaba con ese cuidado; para que nadie piense que es esta cosa de novicios. Y aunque uno sepa bien el ejercicio por haberle meditado ya otras veces, con todo eso es muy bueno prepararle de nuevo; especialmente que como aquellas son comunmente palabras de la Divina Escritura, dictadas por el Espíritu Santo, el leerlas con un poco de quietud y reposo despierta una nueva atencion y devocion para meditarlas y aprovecharse mas de ellas.

Tambien nos ayudará mucho para esto,

(1) Magnopere juvabit, ante ingresum exercitii tractanda puncta comminisci, et numero certo praefinire. Ignatius, lib. exercitiorum spiritualium notabili 3, IV. hebdom.

que luego en despertando, no dando lugar á otros pensamientos, pensemos en el ejercicio que habemos de tener, preparándonos para la oracion con alguna consideracion acomodada á lo que habemos de meditar. Casiano, San Buenaventura y San Juan Climaco tienen por muy importante este aviso (1): dicen que de esto suele depender el gobierno de la oracion, y por consiguiente el concierto de todo el dia. Y advierte San Juan Climaco que como el demonio vé que esto es de tanta importancia, anda muy diligente y solícito aguardando á que despertemos, para ocupar luego la posada y coger las primicias de todo el dia. Y dice que hay entre los espíritus malos uno que llaman precursor, el cual tiene este oficio, que está aguardando á saltarnos de noche, al tiempo que despertamos del sueño, aun antes que acabemos de despertar, cuando uno aun no está del todo en sí, para ponernos delante cosas feas y sucias, ó á lo menos cosas impertinentes, para tomar la posesion de todo el dia; porque le parece que todo él será del que primero ocupare el corazón. Por esto importa mucho que nosotros tambien estemos muy sobre aviso para no dar lugar á esto, sino que luego en despertando, apenas hayamos abierto los ojos, cuando ya esté plantada en nuestro corazón la memoria del Señor, antes que otro pensamiento peregrino ocupe la posada (2). De lo cual nos avisa tambien nuestro Padre (3), y añade que lo mismo se ha de guardar en su manera cuando la oracion se tiene á otra hora, recogiéndonos un poquito antes á pensar á dónde voy y delante de quien tengo

(1) Bonavent. *informatione novitiorum* p. 1, c. IV.
 (2) Cum vigilas, statim omnes cogitationes tuas abijce de corde tuo, et offer Deo primitias cogitationum tuarum. *Climacus* c. XXI.
 (3) Ignatius *lib. exercitiorum spiritualium addit. 2. prioris hebdomadae, et addit. 5. secundae hebdomadae, et in 1. modo grandi.*

de parecer, y recapitando brevemente el ejercicio que tengo de meditar, como quien templa la vihuela para tañer. Y generalmente decia nuestro Padre, que de la guarda de estos y otros semejantes avisos que él llama adiciones, dependia en gran parte el tener bien la oracion y el sacar fruto de ella. Y nosotros lo experimentamos muy ordinariamente que, cuando vamos bien preparados y guardamos bien estos avisos, nos va bien en la oracion, y cuando no, nos va mal.

Dice el Espíritu Santo por el Sabio: "Antes de la oracion preparaos bien para ella, y no seáis como el hombre que tienta á Dios (1)." Notan Santo Tomás y San Buenaventura (2) sobre estas palabras, que irse á la oracion sin preparacion, es como tentar á Dios; porque tentar á Dios, dicen los teólogos y los santos, es querer alcanzar alguna cosa sin poner los medios ordenados y necesarios para eso, como si uno dijese: no quiero comer, que Dios bien me puede sustentar sin comer, él me sustentará: sería tentar á Dios y pedir milagro sin necesidad. Como dijo Cristo Nuestro Redentor al demonio, cuando le llevó al pináculo del templo y le persuadia que se echase de allí á bajo, que Dios mandaria á sus ángeles que le recibiesen y llevasen en palmas. Respondió él: la Escritura dice: "No tentarás á tu Dios y Señor (3)." Yo me puedo bajar por la escalera, es otro tentar á Dios y pedir que haga milagro sin necesidad. Pues tan principal y tan necesario medio es para la oracion el prepararnos para ella que dice el Sabio, que querer tener oracion sin esta preparacion, es como tentar á Dios y querer que haga milagro

(1) Ante orationem praepara animam tuam, et noli esse quasi homo, qui tentat Deum. *Eccles.* XVIII, 23.
 (2) S. Thomas, 2-2, q. 97, art. 3, ad 2.—Bonavent. *in opuscul. cui titulus est Regula Novitiorum* c. II.
 (3) Non tentabis Dominum Deum tuum. *Matth.* IV, 7.

con vos. Nuestro Señor bien quiere que tengamos buena oracion y con mucha atencion y reverencia; pero por los medios ordinarios, que es disponiéndonos y preparándonos para ella de la manera que habemos dicho.

CAPITULO XXIII.

De un consuelo grande para los que son molestados de distracciones en la oracion.

Para consuelo de los que son molestados de esta tentacion, nota San Basilio (1), que en la oracion, entonces solamente se ofende Dios con estos pensamientos y distracciones cuando uno por su voluntad, advertidamente y viendo lo que hace, está distraido y con poca reverencia y respeto. El que en la oracion se pone de propósito á pensar en el estudio, ó en el oficio, ó en el negocio, bien merece que no le acuda Dios, sino que le castigue. Aqui viene bien lo que dice San Crisóstomo: «¿Cómo quieres que te oiga Dios, si tú mismo no te oyes (2)?» Pero cuando uno hace buena mente lo que es en sí, y por flaqueza se distrae y no puede tener tanta atencion como querria, sino que le deja el corazón y se le huye á otras partes, conforme á aquello del Profeta: "Mi corazón me dejó (3)," entonces no se ofende el Señor de eso, antes le mueve á compasion y misericordia, porque conoce él muy bien nuestra enfermedad y flaqueza. "Como el padre se compadece de los hijos, Dios se compadece y tiene misericordia de los que le temen, porque él tiene conocida nuestra masa (4)." Asi como el padre que tiene un hijo frenético

(1) Basil, *in constit. monastic. cap. 2.*
 (2) Tu non audis orationem tuam, et Dominum vis audire preceem tuam? *Chrysost.*, hom. 17 *in varia loca Matth.*, tom. 2.
 (3) Cor meum dereliquit me. *Ps.* XXXIX, 13.
 (4) Quomodo miseretur pater filiorum, misertus est Dominus timentibus se, quoniam ipso cognovit figmentum nostrum. *Ps.* CII, 13.

se compadece y lo siente mucho cuando ve que comenzando á hablar ahora su hijo en seso, luego salta en un disparate, asi aquel piadosísimo Padre Celestial se apiada y compadece de nosotros, cuando ve que es tanta la flaqueza y enfermedad de nuestra naturaleza, que al mejor tiempo que estamos hablando con él en seso, saltamos en mil pensamientos desvariados. Y asi, aunque no sienta una devocion, ni jugo en la oracion, sino muy gran sequedad y combate de pensamientos é imaginaciones, y esté todo el tiempo de la oracion de esa manera, no por eso deja aquella oracion de ser muy agradable á Dios Nuestro Señor y de grande valor y merecimiento delante de su divino acatamiento; antes suele muchas veces ser mas grata y meritoria que si la hubiera pasado con mucha devocion y consuelo, por haber sufrido y padecido mas trabajo y dificultad en ella por amor de Dios. Ni tampoco deja de alcanzar con aquella oracion gracia y favores para servir mejor al Señor y crecer mas en virtud y perfeccion, aunque él no lo sienta, como le acontece al enfermo que come un manjar de sustancia, que, aunque no tome gusto ni sabor en él, sino pena y tormento, recibe fuerza y se conserva y crece con él.

De lo dicho se verá ser grande engaño y grave tentacion dejar uno la oracion por hallarse en ella con muchos pensamientos y tentaciones. Solamente es menester estar advertidos que con esta ocasion, y socolor de no puedo mas, no se nos entre la tibieza y flojedad, siendo fáciles y remisos para ser llevados de todos vientos, dejando con descuido andar vagueando el pensamiento y la imaginacion por donde quisiere, como diremos despues mas largamente (1); sino que hagamos lo que es de nuestra parte, procurando con mucho cuidado y diligencia

(1) *Trat. 3, c. 30.*

ojear y aventar los pensamientos, como el Santo Patriarca Abraham aventaba y ojeaba las aves que descendian sobre el sacrificio (1); pero haciendo en esto buenamente lo que es de nuestra parte no hay que tener pena. De Santa Brigida se lee (2) que, como en la oracion fuese fatigada de muchas tentaciones, le apareció una vez nuestra Señora y le dijo: «El demonio, envidioso del bien de los hombres, procura cuanto puede ponerles impedimentos y estorbos, cuando están en la oracion; pero tú, hija, aunque seas molestada en ella de cualquier tentacion, por mala que sea y te parezca que no la puedes desechar, procura de perseverar como pudieres en tu buena voluntad y deseos santos, y esta será muy buena y muy provechosa oracion y de mucho merecimiento delante de Dios.» Arriba (3) dijimos un medio muy bueno para restaurar lo que nos parece que perdimos con la distraccion.

CAPITULO XXIV.

De la tentacion del sueño, de dónde proviene y de los remedios para ella.

La tentacion del sueño, que es otro género de distraccion, puede proceder algunas veces de causa natural, como de falta de sueño, de mucho cansancio y trabajo del cuerpo, de la edad y del demasiado comer y beber, aunque sea agua. Otras veces procede de tentacion del demonio, como contaban aquellos Santos Padres del Yermo que les mostraba Dios en espíritu que habia unos demonios que se ponian sobre los cuellos y cabezas de los monges y los hacian dormir, y otros que les ponian el dedo en la boca y les hacian bostezar. Otras

(1) Genes. XV, 11.
 (2) Refert Blossius cap. 3. *monitis spiritualis*.
 (3) Cap. XVIII.

veces nace esto de flojedad y negligencia nuestra y por estar uno en la oracion con composicion ocasionada para dormirse. El principal remedio que dan para esto es el que dijimos (1) para la atencion, que nos acordemos que estamos delante de Dios. Y asi como uno que está delante de un gran príncipe, no se osa dormir, asi nosotros si consideramos que estamos delante de la Magestad de Dios y que él nos está mirando, nos avergonzaríamos mucho de dormirnos en la oracion. Es tambien buen remedio levantarse en pié, no arrimarse, lavarse los ojos con agua fria, y suelen algunos llevar un pañuelo mojado para esto cuando son fatigados de esta tentacion. Otros se ayudan de mirar al cielo, ó tener claridad, ó irse á tener oracion delante del Santísimo Sacramento en compañía de otros, y de tomar una disciplina antes de la oracion, con que quedan despiertos y devotos. Otros en la misma oracion toman algun dolor con que se despiertan; y cuando estan solos, se ponen algun rato en cruz. Tambien ayuda para esto hablar y decir algunas oraciones vocales con que se despierta y aviva uno mucho, como decíamos arriba (2). De estos y otros semejantes remedios es bueno ayudarnos, pidiendo al Señor que nos sane de esta enfermedad.

Cesario en sus diálogos (3) cuenta de un religioso de su orden Cisterciense, que se solia dormir muchas veces en la oracion, y aparecióle una vez Cristo nuestro Redentor [Crucificado vueltas las espaldas á él, y dijole: «Porque eres flojo y perezoso, no mereces ver mi rostro.» De otro cuenta alli (4), que le avisó mas duramente, porque estando en oracion en el coro, y durmiéndose como solia, vino á él un crucifijo del altar

(1) Cap. XXII.
 (2) Cap. XXII.
 (3) Cesarius, *lib. 4 dialogorum*, c. 29.
 (4) Cesarius, *lib. 4*, c. 38.

y le dió un tal golpe en la mejilla que murió al tercero dia. Todo esto nos da bien á entender cuánto desagrada á Dios esa flojedad y tibieza. El religioso flojo y tibio, dice alli Cesario que provoca á Dios á vomitar, conforme á aquello del Apocalipsi: «Porque eres tibio, te empezaré á vomitar (1).»

De San Romualdo, abad y fundador de la Orden de la Camáldula, cuenta Pedro Damian, tratando de la oracion que sus religiosos tenian, que era tan grave culpa dormir algo al tiempo de la oracion, que San Romualdo no permitia aquel dia decir misa al que caia en esta culpa, por el poco respeto con que habia estado en el acatamiento del Señor que habia de recibir.

CAPITULO XXV.

Cuánto conviene tomar algunos tiempos extraordinarios para darnos mas á la oracion.

Asi como para el cuerpo los hombres del mundo, demás de la refeccion de cada dia, tienen sus fiestas extraordinarias y sus banquetes en que suelen esceder de lo ordinario, asi tambien conviene que nosotros, demás de la oracion cotidiana, tengamos nuestras fiestas y banquetes espirituales, donde nuestras almas no coman por tasa como los otros dias, sino antes sean llenas de la abundancia de la dulzura y gracia del Señor. Y la misma naturaleza nos enseña esto, porque vemos que no se contenta con el rocío que cae todas las noches sobre la tierra, sino que quiere que tambien á veces llueva toda una semana y dos sin cesar; y todo es menester para que asi quede la tierra tan empapada en agua, que no basten los soles y aires que despues hicieren para secarla. Pues asi tambien conviene que nuestras ánimas, demás del comun

(1) Quia tepidus es, incipiam te evomere ex ore meo. *Apoc. c. III*, 16.

rocío de cada dia, tengan algunos tiempos señalados, en los cuales queden tan llenas de virtud y de jugo de devocion, que no basten las ocupaciones ni los vientos de las tentaciones y sucesos del mundo para secarlas. Y asi leemos de muchos Santos y prelados de la Iglesia (1) que, dejadas las ocupaciones y negocios, se recogian muchas veces por algun tiempo á lugares apartados para darse mas á la oracion y contemplacion. Del santo abad Arsenio se lee que tenia por costumbre tomar un dia en la semana para esto, y era el sábado, en el cual perseveraba desde la tarde hasta otro dia por la mañana en oracion.

Y no solamente para adelantarnos y crecer mas en virtud y perfeccion, sino para no volver atrás, es esto muy importante: porque es tanta la flaqueza y miseria del hombre, y la inclinacion que tenemos á lo malo, que aunque comencemos algunas veces con fervor nuestros ejercicios espirituales, luego vamos poco á poco aflojando y desdiciendo de aquel fervor con que comenzamos. Asi como el agua, por mucho que esté hirviendo, en apartándola del fuego, luego poco á poco se vuelve á su natural frialdad, asi nosotros luego nos volvemos á nuestra tibieza y flojedad, que parece la tenemos mas arraigada y connaturalizada que el agua la frialdad. «El sentido y pensamiento del corazon humano tienen inclinacion al mal desde su mocedad,» dice el Espíritu Santo (2): «Porque es mala su nacion, añade en otra parte (3), y natural su malicia.» Como somos de nada, volvemos á nuestra nada. Añádese á esto que andando tan ocupados como andamos unos con los

(1) P. Francisco Arias, p. 2, *del aprovechamiento espiritual; trat. 5, de la oracion, cap. VII*.
 (2) Sensus enim, et cogitatio humani cordis in malum prona sunt ab adolescentia sua. *Genes. VIII*, 21.
 (3) Quoniam nequam est natio eorum, et naturalis malitia ipsorum. *Sapient. XII*, 10.