

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 Blosius 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.

estudios, otros con sus ministerios, otros en oficios y ocupaciones exteriores, tenemos mas particular necesidad de esto, porque aunque las ocupaciones sean buenas y santas, asi como el cuchillo se embota con usarle cada dia, y de tiempo en tiempo es menester tornarle á afilar por habersele gastado los filos y aceros, asi nosotros nos vamos embotando y descuidando de nuestro aprovechamiento por ayudar á los otros. Aun allá dicen los filósofos que «el que hace también padece y vá gastando de suyo (1).» Y cada uno experimenta bien esto en sí. Pues por esto importa mucho el recogerlos á tiempos, desembarazándonos de todas las demas ocupaciones para remediar este daño y reparar lo que se vá gastando cada dia, y cobrar nuevas fuerzas para pasar adelante, porque mas obligados estamos á nosotros que á nuestros prójimos, y la caridad bien ordenada, de sí mismo ha de comenzar.

Especialmente, que para el mismo fin de ayudar y aprovechar á los prójimos importa mucho esto. Porque cierta cosa es que del mayor aprovechamiento nuestro depende el mayor aprovechamiento de los prójimos, y así no se pierde tiempo con los prójimos en lo que uno toma para sí, antes se gana: es como el dejar holgar las tierras un año para que den despues mas fruto; el P. Maestro Avila decia que era como el picar la piedra para moler. Y así el andar uno muy ocupado, no solamente no es causa para dejar de hacer esto, sino antes cuanto uno anda mas ocupado, y está mas embarazado en ministerios y en negocios, tanto tiene mayor necesidad de acudir á este remedio. Los que andan navegando por la mar han menester acudir muchas veces al puerto á tomar refresco; así los que andan embarcados en negocios

(1) Omne agens agendo repatitur.

y ocupaciones y ministerios con prójimos y en medio de tantos peligros y ocasiones, han menester acudir muchas veces al puerto de la soledad y recogimiento para tomar refresco y rehacerse y apercebirse de lo que han menester. En el sagrado Evangelio tenemos de esto un ejemplo muy bueno. Cuenta el Evangelista san Marcos que andaban los Apóstoles muy ocupados en los ministerios con los prójimos, tanto que aun para comer apenas tenían lugar, segun era la multitud de gente que acudia á ellos: fueron á dar cuenta á Cristo Nuestro Redentor de lo que pasaba, y diceles: «Recogeos un poco á solas en el desierto (1).» Pues si los Apóstoles habian menester este descanso y recogimiento, y así se lo aconsejó el Salvador del mundo, ¿cuánto mas lo habremos menester nosotros?

Dicen muy bien los que tratan de oracion, que lo que es el sueño para el cuerpo, es la oracion para el alma; y así la Sagrada Escritura la llama sueño (2). Y declarando mas esto, dicen que, asi como el cuerpo descansa con el sueño corporal y cobra nuevas fuerzas, así el alma descansa con este sueño de la oracion y cobra nuevos alientos para trabajar por Dios. Y mas; así como un hombre aunque coma muy buenos manjares, si no tiene el reposo de sueño necesario anda flaco y enfermo y aun á peligro de perder el juicio, así tambien el que anduviere muy ocupado en obras exteriores, por buenas y santas que sean, si le falta el sueño y reposo necesario de la oracion, andará flaco y enfermo en el espíritu y á peligro de perderse. Y por eso dice el Esposo «que no despierten á su amada hasta que ella quiera (3).» Cuando

(1) Venite seorsum in desertum locum, et requiescite pusillum. Marc. VI, 31.

(2) Ego dormio et cor meum vigilat. Cant. V, 2.

(3) Adjuro vos filiae Jerusalem ne suscitatis neque evigilare faciatis dilectam donec ipsa velit. Cant. VIII, 4.

del sueño despierta uno por ruido que le hacen, es cosa desabrida; pero cuando despierta por estar ya satisfecho el cuerpo, y haberse gastado los humos que suben al cerebro, es cosa mas apacible; pues así el alma quiere Dios que nada la turbe ni impida su oracion, sino que cuando hubiere estado lo necesario, entonces ella despierte y se emplee en obras de caridad, porque de esta manera se harán ellas bien.

Aunque para todos y en todo tiempo es de mucha importancia el recogerlos á estos ejercicios espirituales y darnos mas tiempo á la oracion, y mientras mas lo usáremos, mejor; pero particularmente en algunas coyunturas y ocasiones es esto mas necesario, como cuando uno ve que se va entibiando y aflojando en los ejercicios espirituales de oracion, exámenes, leccion espiritual, que ya no los hace como debe, ni saca de ellos el fruto que es razon; cuando ve que anda flojo y descuidado en la observancia de las reglas y que no repara ya en cosas pequeñas; cuando le parece que no anda en espíritu, sino muy exterior y muy llevado de las cosas y negocios que trata. Tambien cuando uno ve que no acaba de vencerse y mortificarse en alguna cosa, de que tiene necesidad, es muy bueno recogerse algunos dias á estos ejercicios para acabarse de resolver y vencer, porque podrá ser que en una temporada de estas alcance mas gracia del Señor y mas fortaleza para mortificarse y alcanzar victoria de sí mismo que con el trabajo ordinario de muchos dias. Muchas veces acontece que anda uno cojeando, cae y levanta, y con unos ejercicios de estos queda desengañado y enterado y resuelto en lo que le conviene, y muda estilo y toma otro modo de proceder; porque al fin, el estar uno tanto tiempo á solas tratando consigo y con Dios, es gran disposicion para que el Señor le hable al corazon y le haga muchas mercedes. «Levántase uno

sobre sí, dice la Escritura (1), y hácese otro.» Y así vemos mudanzas extraordinarias por este medio; porque «no está abreviada la mano del Señor (2).» Nunca habemos de desconfiar, sino hacer siempre lo que es de nuestra parte: ¿qué sabeis lo que Dios obrará en vuestra alma, mediante esta disposicion? Podrá ser que tenga Dios librado vuestro aprovechamiento y vuestra perfeccion en uno de estos ejercicios. Fuera de esto, despues de algunos caminos largos ó algunos negocios y ocupaciones de mucho distraimiento, parece tan importante este recogimiento, como el regalo y buen tratamiento del cuerpo despues de una larga enfermedad, para que pueda uno volver sobre sí y restaurar lo que hubiere perdido. Y por la misma razon es tambien muy bueno el prevenirse con unos ejercicios, cuando alguno se ha de ocupar en semejantes ocupaciones, para hacer las cosas con mas espíritu y sin detrimento suyo. La medicina preservativa es mejor que la que cura despues la enfermedad. Y por esto encomienda nuestro Padre á todos los superiores que, antes de comenzar su oficio, se recojan primero á hacer algunos dias de ejercicios. Y lo mismo es bueno hacer cuando uno ha de ir á alguna mision larga, de lo cual nos dió ejemplo Cristo nuestro Redentor (3) que, antes de comenzar á predicar, se recogió cuarenta dias al desierto. Tambien el tiempo de tribulaciones y trabajos, así propios y particulares como generales de toda la Iglesia ó toda la Religion, es muy buena ocasion para esto, porque añadir mas oracion y mas penitencia y mortificacion siempre ha sido medio muy usado en la Iglesia para aplacar á Dios y alcanzar misericordia de él.

Todas estas son muy buenas ocasiones

(1) Sedebit solitarius, et tacabit, quia levavit super se. Trenor. III, 28.

(2) Et non est abbreviata manus Domini. Isai. LIX, 1.

(3) Matth. IV, 1.

para recogerse uno á estos ejercicios. Pero no es menester andar á buscar ocasiones; nuestra propia necesidad é interese nos ha de solicitar á desear y procurar esto muchas veces; y á lo menos no se nos debería pasar año ninguno sin tomar estas vacaciones espirituales. Y cuando esto se hiciere ha de ser muy de veras y de corazón, porque una cosa de tanta sustancia como esta, en ninguna manera se ha de hacer por ceremonia ni por cumplimiento ó bien parecer. El Señor ha dado este medio muy particularmente á la Compañía, no solamente para nuestro propio aprovechamiento, sino tambien para ayudar y aprovechar á nuestros prójimos; y así, en las Bulas de nuestro Instituto se pone este por uno de los principales medios que la Compañía tiene para ayudar á los prójimos. Y esta es otra razon muy principal por la cual quiere tambien nuestro Padre que nosotros tengamos mucho uso de estos ejercicios, y nos la pone en las Constituciones y en las reglas de los sacerdotes: «Para que estemos muy diestros en este género de armas tan provechoso para ganar á otros (1).» Por este medio ganó nuestro Señor á nuestro bienaventurado P. S. Ignacio; por este medio ganó á sus compañeros; por este medio se han ganado despues acá otros muchos, así de dentro como de fuera de la Compañía; y en los unos y en los otros habemos visto que concurre el Señor con maravillosos efectos; al fin, como con medio dado tan particularmente de su mano; y así habemos de tener gran confianza que por él nos ayudará tambien á nosotros y nos hará muchas mercedes.

Añado á lo dicho otra cosa muy principal, que nos debe ayudar y animar mucho

(1) Ut in hoc armorum spiritualium genere tractando, quod Dei gratia ad ipsius obsequium tantopere conferre cernitur, dexteritatem habere possint. 4. p. const. cap. 8. § 5; Regul. 7 sacerdotum.

á esto, que es el singular favor y gracia que la Santidad de Paulo V ha hecho en este particular á todos los religiosos en la Bula ó Constitucion que espidió en veinte y tres de mayo del año de mil seiscientos seis, y primero de su pontificado, declarando las indulgencias de que gozan los religiosos, donde concede indulgencia plenaria y remision de todos sus pecados á todos los religiosos, de cualquier órden que sean, que por espacio de diez dias se recogieren á hacer estos ejercicios espirituales, por cada vez que esto hicieren. En lo cual se verá bien la estima en que su Santidad tiene este negocio, y en la que nosotros le debemos tener. Y para mayor consuelo de todos pondremos aqui las mismas palabras del Pontífice, en latin y en romance, que son las siguientes (1): «Iten, á todos aquellos que con licencia de sus superiores, apartados de negocios y recogidos en la celda, ó apartados del trato y conversacion de los demas, por diez dias, se ejercitaren en leccion de libros pios y otras cosas espirituales que lleven el corazon á espíritu y devocion, añadiendo muchas veces consideraciones y meditaciones de los misterios de la fé católica, de los beneficios divinos, de los cuatro novísimos, de la Pasion de Jesucristo Nuestro Señor, y otros ejercicios de oraciones jacu-

(1) His vero, qui de suorum superiorum licentia a negotiis per decem dies alieni in cella commorabuntur, aut ab aliorum conversatione separati, in priorum librorum, et aliarum rerum spiritualium animos ad devotionem, et spiritum inducentium, lectionibus, operam suam dederint; addendo saepe considerationes, et meditationes mysteriorum fidei catholicae, divinorum beneficiorum, quatuor novissimorum, Passionis Domini nostri Jesu Christi, et aliorum exercitiorum, orationum jaculatoriarum, aut vocalium; saltem per duas horas in diem et noctem, orationibus mentalibus se exercendo; faciendo eodem tempore confessionem generalem, aut annualem, vel ordinariam, Sanctissimum Eucharistiae Sacramentum sumpserint, aut Missam celebraverint; quoties pro quolibet praedictorum exercitiorum plenariam similiter omnium peccatorum suorum indulgentiam, et remissionem misericorditer in Domino concedimus.

latorias ó vocales, ejercitándose en oracion mental á lo menos dos horas cada dia, haciendo en el dicho tiempo confesion general ó anual ú ordinaria, y recibiendo el Santísimo Sacramento de la Eucaristía ó diciendo misa; todas las veces que hicieren los sobre dichos ejercicios, por cada vez les concedemos misericordiosamente en el Señor indulgencia plenaria y remision de todos sus pecados.»

CAPITULO XXVI.

Del fruto que habemos de sacar cuando nos recogemos á estos ejercicios.

En tres cosas principalmente habemos de poner los ojos para sacarlas de los ejercicios. La primera, es rehacernos en estas cosas ordinarias que cada dia hacemos y perfeccionarnos en ellas, porque todo nuestro aprovechamiento y perfeccion está en hacer estas cosas ordinarias bien hechas, como dijimos en su lugar (1). No piense nadie que el hacer los ejercicios es solamente para estarse allí recogido ocho ó quince dias, teniendo mucho tiempo de oracion; no es sino para que salga de allí acostumbrado á tener mejor su oracion y á guardar las adiciones y documentos que se dan para tenerla bien, y á hacer bien sus exámenes y decir y oír bien la misa y oficio divino, y tener con fruto la leccion espiritual, y así de todo lo demas; para eso se desocupa uno por este tiempo de las demas ocupaciones para actuarse y ejercitarse en hacer esas cosas bien, para que así salga renovado y acostumbrado á hacerlas despues de esa manera. Y así dice nuestro Padre (2) que todo el tiempo que duraren los ejercicios, que cuando se hacen enteramente sue-

(1) Trat. 2., c. 1 y 2.
(2) Ignat. lib. exere. spir. in addit. primae hebdom., notab. 4; et in 2 hebdom., die 5; et hebdom. 3, notab. 4, post 2 contempl.
B. del C., tomo XIV.—I.—EJERCICIO DE PERFECCION Y VIRTUDES CRISTIANAS.—T. I,

le ser por espacio de un mes, se traiga el exámen particular sobre la guarda de las adiciones, y sobre hacer con diligencia y exaccion los ejercicios espirituales, notando las faltas que acerca de lo uno y de lo otro se hicieren para que quede uno habituado y acostumbrado á hacer de ahí adelante muy bien todas esas cosas. Y repite esto muchas veces, como quien entendia bien el provecho grande que hay en ello. Y no solamente en los ejercicios espirituales, que es lo principal y lo que ha de dar fuerza y espíritu á todo lo demas, sino en todos los ejercicios y ocupaciones exteriores ha de salir uno aprovechado de los ejercicios, sacando de ellos aliento para hacer de ahí adelante mejor su oficio y sus ministerios y guardar mejor sus reglas. De manera que no es el fruto de los ejercicios para aquellos dias, sino para despues principalmente; y así, cuando saliere uno de los ejercicios, se ha de ver el provecho de ellos en las obras.

La segunda cosa que habemos de procurar sacar de los ejercicios, es vencernos y mortificarnos en algunos siniestros é imperfecciones que tenemos. Ponga cada uno los ojos en aquellas cosas en que suele tropezar mas ordinariamente, ó ser causa que otros tropiecen ofendiéndose y desedificándose de ellas, y procure salir de los ejercicios enmendado en eso, y entonces habrá hecho muy buenos ejercicios, porque para esto son ellos particularmente y ese es su fin. Y así, el título que pone nuestro Padre en los ejercicios, en nuestro romance castellano, es este: «Meditaciones espirituales para vencerse el hombre á sí mismo y ordenar su vida y afectos en mayor servicio de Dios nuestro Señor.» De manera que há uno de procurar salir de los ejercicios mudado y «trocado en otro hombre,» como dijo Samuel á Saul (1); «en varon per-

(1) Et mutaberis in virum alium. 1 Reg. X, 6.

fecto," que dice San Pablo (1); que se eche de ver despues en las obras que ha hecho ejercicios; que si antes era amigo de hablar y de perder tiempo se vea que ya es amigo del silencio y del recogimiento; si antes era amigo del regalo y de sus comodidades, se eche de ver que ya es amigo de la mortificacion y penitencia; si antes hablaba palabras mortificativas, que de ahí adelante no las hable; si antes andaba flojo y descuidado en la guarda de las reglas y no hacia caso de cosas pocas, que ya de ahí adelante sea muy obediente y muy puntual, y haga caso de cosas muy pequeñas y menudas, y que con la gracia del Señor no haga falta ninguna de propósito: porque si uno se ha de quedar con los mismos siniestros y faltas, y ha de salir el mismo que antes era, ¿de qué sirven los ejercicios?

San Ambrosio cuenta (2) de un mancebo una cosa que, pues él la dice, tambien la podremos nosotros decir. Habia sido perdido; ofreciósele un camino largo, y en aquel tiempo mudó sus propósitos, y volviendo despues á la ciudad encontróse con su antigua compañía, y pasaba de largo sin hacer caso de ello; ella maravillada y pensando que no la habia conocido, llegóse á él y dijole: «yo soy aquella»; respondió él: «pues yo no soy aquel»; venia trocado y era otro. De esta manera nos habemos de trocar y mudar nosotros, que podamos decir con el Apóstol: «Vivo yo, ya no yo;» ya no vive aquel que vivia antiguamente en la ley, aquel que perseguia la Iglesia, sino «Cristo es el que vive en mí (3).» Y esto dice San Ambrosio que es lo que dijo Cristo nuestro Redentor en aquellas palabras: «Si alguno quiere venir en pos de mí, nié-

guese á sí mismo (1).» Aquel, dice, se niega á sí mismo que se muda en otro hombre y procura no ser ya el que ser solia. De nuestro P. S. Francisco de Borja se cuenta en su vida (2) que, despues que llevó el cuerpo de la emperatriz á Granada, donde el Señor le dió grande luz y desengaño de la vanidad del mundo con aquel espectáculo de la muerte que tenia presente, tornando á la córte, dice, que le parecia que hallaba la córte trocada, y era que se habia él trocado y mudado con el conocimiento y desengaño que Dios le habia dado. Pues de esta manera habemos nosotros de salir de los ejercicios con la nueva luz y desengaño que el Señor en ellos suele comunicar.

Lo tercero en que habemos de poner los ojos para sacarlo de los ejercicios, que se sigue de lo pasado, es en alcanzar alguna virtud ó alguna cosa de perfeccion, particularmente aquello de que tenemos mas necesidad, porque para eso es desarraigar los vicios, para plantar las virtudes. «Dos cosas, dice aquel Santo (3), ayudan mucho para aprovechar. La una desviarse uno con esfuerzo de aquello á que le inclina su naturaleza viciosamente (que es la pasada). La otra trabajar con fervor por la virtud que mas nos falta,» que es esta tercera. Y asi el Directorio de los ejercicios (4), tratando del modo que habemos de tener nosotros cuando nos recogemos á ellos, advierte que no se nos ha de ir todo en la primera semana; para eso, dice, bastan dos ó tres dias, para que haya lugar de pasar á otras meditaciones de donde saquemos mas perfeccion. Y entre otras que pone allí para esto, es que tomemos de cuando en

(1) In virum perfectum. *Ad Ephes.* IV, 13.
 (2) Ambrosius, *lib. 2 de poenitentia*, c. 10.
 (3) Vivo autem, jam non ego, vivit vero in me Christus. *Ad Galatas* II, 20.—*Hieron. super haec verba.*

(1) Si quis vult post me venire, abneget semetipsum. *Matth.* XVI, 24, et *Luc.* IX, 23.
 (2) *Lib. I, cap. 8 vitae P. S. Francisci de Borja.*
 (3) Thomas de Kempis.
 (4) *Directorium exercitiorum spiritualium*, c. 6.

cuando algunas reglas principales en que parece que está toda la perfeccion que podemos desear, como aquella que dice que (1), «como los mundanos aman y buscan con tanta diligencia honras, fama y estimacion de mucho nombre en la tierra, asi nosotros amemos y deseemos intensamente lo contrario.» Tomad á pechos en unos ejercicios alcanzar esta perfeccion y llegar á este grado de humildad, que os holgueis tanto con los desprecios y afrentas, y con las injurias y falsos testimonios, como se huelgan los mundanos con la honra y estimacion, y quedareis con eso señor de muchos debates é impertinencias que se nos suelen ofrecer de ser tenidos y estimados, al uno en sus letras, al otro en su oficio, al otro en los ministerios y negocios que trata, que inquietan é impiden mucho el aprovechamiento espiritual. Tomad otra vez á pechos aquella regla que dice: «Pretendan todos en todas cosas puramente servir y complacer á la divina bondad por sí misma y por el amor y beneficios tan singulares en que nos previno, mas que por temor de penas ni esperanzas de premios (2).» Procurad llegar á esta pureza de intencion, que no busqueis vuestro interés en cosa alguna, ni en lo poco, ni en lo mucho, ni en lo temporal, ni en lo eterno, sino que en todo deseéis puramente la voluntad y gloria de Dios, y que ese sea vuestro contento, olvidándoos de vos mismo y de todo vuestro provecho y comodidad. Tomad otra vez á pechos alcanzar una perfectisima conformidad con la voluntad de Dios, tomando todas las cosas que se os ofrecieren, asi grandes como pequeñas, de cualquier manera y por cualquier via ó medio que vengan, como venidas de la mano de Dios. En estas y otras cosas semejantes de perfeccion habemos de

poner los ojos cuando nos recogemos á ejercicios, y no parar hasta alcanzarlas.

——
 CAPITULO XXVII.

De algunos avisos que nos ayudarán para aprovecharnos mas de estos ejercicios.

Para aprovecharnos mas de estos ejercicios espirituales y sacar de ellos el fruto que habemos dicho, se debe advertir, lo primero, que, asi como dijimos arriba (1) que cuando va uno á la oracion no solamente ha de llevar prevenidos los puntos que ha de meditar en la oracion, sino tambien el fruto que ha de sacar de ella: asi tambien el que ha de hacer los ejercicios, ha de llevar prevenido en particular lo que ha de sacar de ellos, de esta manera: que antes que se recoja á ellos, ha de mirar y tratar consigo mismo muy despacio y con mucha atencion, ¿qué es la mayor necesidad espiritual que yo tengo? ¿qué es aquello á que mi naturaleza viciosa, ó mis pasiones, ó mi mala costumbre mas me inclina? ¿qué es lo que hace mas guerra á mi ánima? ¿qué hay en mí, en que se puedan ofender y desedificar mis hermanos? Y eso es lo que ha de llevar delante de los ojos para sacarlo de los ejercicios y para resolverse con efecto de enmendarlo. Esta es muy buena preparacion para entrar en ejercicios. Y asi, es menester advertir que, cuando uno se recoge á hacer ejercicios, no ha de poner los ojos en que ha de tener muy alta oracion, ni pensar que por recogerse y encerrarse ha de tener luego entrada con Dios y mucha quietud y atencion, que podrá ser que tenga mas distracciones y mas inquietud y tentaciones que cuando andaba en les oficios y ministerios, sino ha de poner los ojos en sacar de ellos lo que habemos dicho y resolverse en ello muy de veras. Y si es-

(1) Reg. 11, *summarii constitutionum.*
 (2) Reg. 17, *summ.*

(1) Cap. XIV.

to saca tendrá buenos ejercicios, aunque no tenga aquella devoción que deseaba; y si esto no saca, aunque desde el principio hasta el cabo se derrita en lágrimas y devoción, no habrá tenido buenos ejercicios, porque no es ese el fin de ellos, sino esotro.

Ayudará también mucho aquel aviso que nuestro Padre nos dá (1) y quiere que guardemos siempre en la oración, que después que haya acabado uno su hora de oración, por espacio de un cuarto de hora ó cerca, sentado ó paseándose, haga exámen de la oración y se tome cuenta cómo le ha ido en ella, y si le ha ido mal, mire la causa de donde procedió; mire si llevaba bien preparado el ejercicio, si dió lugar á otros pensamientos impertinentes, si se dejó vencer del sueño, si se detuvo demasiado en la especulación del entendimiento, si estuvo en la oración con el corazón caído y remiso, si no procuró de ejercitar los afectos de la voluntad, si no tuvo la intención tan pura como era razón, buscando más su consuelo que el beneplácito divino. Y si hallare haber faltado, arrepíentase de ello y proponga la enmienda para adelante; y si le ha ido bien, dará gracias á Dios nuestro Señor, procurando de haberse de la misma manera en las demás oraciones. Este documento es de mucha importancia. Lo primero, porque con este exámen y reflexión que uno hace, de cómo le ha ido en la oración, toma experiencia por donde le va mal, para quitarlo, y por donde le vá bien, para seguirlo: con lo cual se alcanza la discreción espiritual y el magisterio que nace de la ciencia experimental. Por esto nuestro Padre (2) estima en mucho este exámen y reflexión para sacar maestros, no solo en esto, sino tam-

(1) S. P. N. Ignac. lib. exercit. spirit. in addition. 4. hebdom. additione 5.
(2) 4. p. const. cap. 8. litera. D.

bien en otros ejercicios y ministerios nuestros. Y así, en la cuarta parte de las constituciones, dice que le ayudará mucho al confesor, para hacer bien su oficio, después que ha oído alguna confesión, hacer reflexión para ver y considerar si ha hecho alguna falta en aquella confesión, especialmente á los principios, para enmendarse otra vez, y de sus yerros sacar aciertos. Pues para esto se hace también este exámen de la oración, y esto es lo primero que habemos de hacer en él. Es de tanta estima la oración, é impórtanos tanto el acostumbarnos á hacerla bien, y el ir quitando las faltas que en ella hacemos, que no se contentó nuestro Padre en esto con el exámen que cada día acostumbramos á medio día y á la noche, sino luego inmediatamente, en acabando de tener la oración, quiere que hagamos exámen de ella. Lo segundo que ha de hacer uno en este exámen, y muy principal, ha de ser mirar qué es el fruto que ha sacado de aquella oración y tornarse á actuar de nuevo en él; como cuando uno repite la lección y saca en limpio las conclusiones y verdades, y hace como un epílogo de ellas. Y háse de tener por de tanta importancia este exámen, que cuando uno no tuviese tiempo para hacerle después de la oración, le debe hacer en la misma oración al fin de ella.

Podemos añadir aquí otro punto, y es, que será muy buen consejo apuntar uno lo que saca de la oración, escribiendo, no á la larga, sino brevemente, los deseos y propósitos que saca de ella, y también algunas verdades é ilustraciones, ó desengaños, que el Señor suele allí dar, unas veces acerca de algunas virtudes, otras acerca de los mismos misterios que se meditan. Y así leemos que lo usaron nuestros primeros Padres, nuestro P. S. Ignacio, el P. Pedro Fabro; y tenemos algunas cosas suyas que escribieron de esto. Y el P. S.

Francisco Javier aconsejaba también lo mismo, como leemos en su vida (1). Y en el Directorio de los ejercicios se nos pone también este aviso (2). Y nuestro Padre general Claudio Aquaviva en las industrias que escribió tratando de la oración encomienda esto (3). Y fuera de que con esto se perfeccionan más los propósitos y deseos, y se arraigan más en el corazón, tenemos experiencia que se aprovecha uno mucho después de leer estas cosas, porque como han sido propias y las ha uno sentido como tales, muévenle después más que otras, y cuando vé que después no llega á aquello, confúndese de que no es tal cual entonces era, y que en lugar de ir adelante vuelve atrás. De manera que, ó se anima á llevar adelante aquello, ó á lo menos suple con confusión lo que le falta de perfección, y así siempre suele ser esto de mucho provecho; pero particularmente lo es en tiempo de ejercicios.

CAPITULO XXVIII.

De la lección espiritual, cuán importante sea, y de algunos medios que nos ayudarán á tenerla bien y provechosamente.

La lección es hermana de la oración y grande ayudadora de ella; y así aconseja el Apóstol San Pablo á su discípulo Timoteo que atienda á ella (4). Es de tanta importancia esta lección espiritual para el que trata de servir á Dios que dice San Atanasio, en una exhortación que hace á los religiosos: «No vereis á nadie que trate de veras de su aprovechamiento que no sea dado á la lección espiritual, y el que la dejare, presto se le echará de ver en su aprove-

(1) Lib. 6. c. 13. vitae P. Franc. Xavier.
(2) Cap. 2 et 4, Directorii exercitiorum spiritualium.
(3) Claudius Aquaviva in industr. ad curandos animae morbos c. 3.
(4) Attende lectioni. I ad Tim. IV, 13.

chamiento (1).» Si Gerónimo, en la Epístola ad Eustochium, encomendándole mucho que se diese á esta sagrada lección, dice: «Tómeme el sueño leyendo, y cuando vencido del sueño cabeceares, caiga tu cabeza sobre el Libro Santo (2).» Todos los Santos encomiendan mucho esta lección espiritual. Y la experiencia nos muestra bien de cuánto provecho sea, pues tenemos llenas las historias de conversiones grandes que el Señor ha obrado por este camino.

Por ser esta lección un medio tan principal y tan importante para nuestro aprovechamiento, los instituidores de las religiones, fundados en la doctrina del Apóstol, y en la autoridad y experiencia de los Santos, vinieron á ordenar que sus religiosos tuviesen cada día lección espiritual; del bienaventurado San Benito dice Umberto (3) que ordenó que cada día hubiese tiempo señalado para esta lección y juntamente ordenó que en el tiempo de ella dos de los monges más antiguos anduviesen visitando el monasterio á ver si alguno la dejaba ó impedía á los otros. Por donde se verá cuánto caso hacía de ella; y de camino también se entenderá que estas visitas que se usan hacer acá en la Religión cada día en los ejercicios espirituales, están fundadas en la doctrina y experiencia de los Santos antiguos. Y por la primera y segunda vez mandaba el Santo que el tal fuese corregido blandamente; pero si no se enmendaba, que le corrigiesen y diesen penitencia de tal manera que los demás temiesen y esearmentasen. En la Compañía tenemos regla de esta lección espiritual que dice: «Todos cada día dos veces den el tiempo que les fuere señalado al exámen de su

(1) Sine legendi studio, neminem ad Deum intentum videas.
(2) Tenenti codicem somnus obrepit, et cadentem faciem pagina sancta suscipiat.
(3) Umberto in prologo.