no hay mejor recurso que la Comunión frecuente.» Dígase lo que se quiera, lo cierto es que las mejores parroquias, ordinariamente hablando, son aquellas donde abundan las comuniones frecuentes, y en esas parroquias los fieles más fervorosos y ejemplares son los que diariamente se acercan á la Santa Mesa.

¿De qué sirven tan vanas excusas? Lo cierto es que no se comulga con frecuencia para no verse obligado á vivir más cristianamente y con más desapego de sí mismo y del mundo. Se sabe bien que dos cosas no pueden andar unidas: la Comunión frecuente y la disipación; los afectos mundanos, las vanidades, la afición á la propia estima, á la sensualidad y otras imperfecciones.

He aquí por qué se deja la Comunión frecuente. Nadie puede sufrir los reproches de Jesucristo cuando viene á un alma constituída en esta situación. Y se le recibe raras veces porque se desea vivir con mayor libertad.

CAPÍTULO XVII.

CONTINUACIÓN DEL PRECEDENTE.

Si obráis como se ha dicho, yo igualmente os aseguro que no os conviene recibir con frecuencia á Nuestro Señor Jesucristo, puesto que le amáis poco y tenéis pocos deseos de amarle. Sin embargo, reflexionad seriamente sobre ese tedio obstinado que no intentáis remediar, porque puede arrojaros tarde ó temprano al abismo.

Salid, pues, de ese estado miserable; daos á Dios por el tiempo que os resta de vida y cuyo término está más cerca de lo que pensáis; trabajad en vuestra reforma lo mejor que podáis, y pedid la Comunión más frecuente. Si el confesor os permite, comulgad sin dificultades ni temores, dejando al mundo decir lo que quiera.

No temáis el dar cuenta á Dios de ello á la hora de vuestra muerte. Os lo digo y os lo aseguro. En vuestros últimos momentos no os arrepentiréis de las comuniones hechas con el permiso conveniente; más bien os dolerá haber omitido muchas sin razón alguna, y sólo por vuestro tedio ó negligencia.

Santa Magdalena de Pazzis vió en el Purgatorio una alma que sufría por haber omitido una Comunión sólo por indolencia. Por esto, siempre que la Santa veía que alguna de sus religiosas dejaba sin causa la Comunión, experimentaba tal pena y desagrado, que muchas veces se la vió llorar por ello.

Sabed, pues, que entre todas vuestras devociones no hay alguna tan agradable á Jesucristo como la santa Comunión. Y, en verdad, toda la perfección de un alma consiste en su íntima unión con Dios, y siendo la Comunión el acto que nos une más á Él, síguese que nada habrá más eficaz para perfeccionarnos. Por eso la misma Santa Magdalena exclamaba: «Mejor quisiera morir, que dejar una Comunión prescrita por la obediencia.»

Después de San Alfonso, á quien pertenece todo lo anterior, oigamos á San Francisco de Sales. Este Santo Doctor decía que los que buscan excusas para no comulgar á menudo, se asemejan á los invitados de la parábola, los cuales produjeron la indignación del padre de familias, aunque las causas que alegaron para no concurrir al banquete parecían aceptables.

«Pero, dice el Santo, las excusas de los que se retiran de la divina Eucaristía, parecen más bien acusaciones.»

«Unos dicen que no son todavía bastante perfectos; pero ¿cómo llegarán á serlo alejándose de la fuente de toda perfección? Otros, que son muy frágiles, y no miran que éste es el pan que los hará fuertes; otros, que están enfermos, y no ven que allí está el médico; otros, que no son dignos, y no recuerdan que la Iglesia hace repetir á todos, aun á los más santos, estas palabras: *Señor, no soy digno de que entréis en mi pobre morada.*

»Otros se excusan con el peso de sus negocios, y no oyen que el mismo Señor les da voces diciéndoles: *Venid á mí todos los que trabajáis y estáis sobrecargados, y yo os confortaré.* Otros temen recibirlo para su condenación; pero ¿no temerán condenarse si de Él se alejan?

»Otros pretextan humildad; pero de ordinario es falsa como la de Acaz, que se oponía á la gloria de Dios fingiendo temor de tentarle. Sobre todo, ¿cómo es posible aprender á recibir á Jesucristo sino recibiéndole? Sabido es que todas las cosas se aprenden ejercitándolas.

»El Salvador se queja del abandono de su pueblo; de que lloren los caminos de Sión porque nadie viene á sus solemnidades; de llamar á la puerta sin que nadie le abra; de que se le niegue la entrada á Belén. Es de temer que los que le abandonan sean abandonados, y que rechace en la otra vida á los que le rechazaron en ésta.»

Si los mundanos os preguntan por qué comulgáis tantas veces, decidles que para aprender á

amar á Dios, para purificaros de vuestras imperfecciones y sosteneros en vuestras debilidades.

Decidles que dos suertes de personas deben comulgar á menudo: los perfectos, porque sería una injusticia que teniendo las disposiciones debidas se alejasen de Jesucristo; los imperfectos, para poder caminar á la perfección; los fuertes, para no debilitarse; los débiles, para fortalecerse; los enfermos, para adquirir la salud; los sanos para no enfermar. Y manifestadles que en cuanto á vos, como imperfecto, débil y enfermo, necesario es que comuniquéis con Jesús, que es vuestra perfección, vuestro médico y vuestra fuerza.

Decidles que los que no tienen muchos negocios mundanos deben comulgar porque no les falta tiempo; y los que abundan en ocupaciones, porque los que trabajan mucho y están cargados de penas necesitan alimentos sólidos y frecuentes. Decidles que os acercáis á la Santa Mesa para aprender á recibir á Jesucristo, porque nada se hace bien si no se practica mucho.

Frecuentad la Comunión cuantas veces podáis con permiso del sacerdote, y creedme: á fuerza de adorar y alimentaros con Aquel que es la hermosura, la bondad y la pureza, os haréis semejantes, siquiera de lejos, á Jesucristo.

CAPÍTULO XVIII.

ESCRÚPULOS SOBRE LA ORACIÓN.

Lo hemos dicho y está demostrado por la experiencia: cuando el escrúpulo se apodera de un alma se extiende á todo. Y ésta, como nuestro Señor Jesucristo sobre la cruz, no puede apoyar la cabeza coronada de espinas ni á la diestra ni á la siniestra. Después de los dos sacramentos de que nos ocupamos arriba, la oración, entre todos los ejercicios espirituales, es un riquísimo bálsamo de consuelo y un estímulo eficaz para todas las almas. Pero el escrúpulo, atacándola constantemente, concluye por hacerla fastidiosa.

¿De qué me sirve meditar? dicen muchos. Estoy ante Dios como tierra sin agua, insensible, árido, distraído, ni sé qué decir. Llego al fin de la meditación, que me parece larguísima, sin sacar más provecho que un cansancio lastimoso del cerebro y un temor grande de haber abusado de la gracia.

Decís que os encontráis *insensible*, *árido*, *distraído en la oración*. Si es por vuestras culpas, procurad la enmienda. Si, por el contrario, esta

situación es una prueba, consolaos y guardaos bien de abandonar la meditación. Oid á San Francisco de Sales:

«Propio es de los niños gustar del dulce y los confites, porque aun carecen de juicio para conocer que estas golosinas les hacen mal y les crían lombrices. Esto acontece á los espíritus ligeros y poco arraigados en la piedad: no hacen progreso alguno en la virtud sino cuando Dios les llueve el maná de los consuelos interiores.

»¿Llegan la aridez y desolación? Presto se les verá lánguidos, flojos y pesados para sí y para otros. Son como los hijos de Efrem, los cuales, diestros para tirar al blanco, huían al ver de frente al enemigo.

»No conviene obrar así; antes por el contrario, cuanto más nos priva Dios de los consuelos, más debemos nosotros trabajar para darle pruebas de que le somos fieles. Un solo acto de virtud hecho con aridez ó sequedad de espíritu, vale más que muchos practicados con gran ternura, porque hay más generosidad en aquél, aunque éstos sean gustosísimos á nuestra alma.

»El soldado valiente se presenta con serenidad en los peligros; pero los que son cobardes no van sino á empellones, y necesitan el fragor de los clarines para entrar en batalla. Son como los globos, que suben más alto mientras más vayan cargados de viento.

»El que sirve á Dios por los consuelos muestra que *ama más los consuelos de Dios que al Dios de los consuelos.* Todo el que huye de la cruz no es digno de seguir al Maestro.»

El mismo santo Doctor decía á veces: «*Mejor quiero comer el pan sin azúcar que el azúcar sin pan.*» Ciertas almas hacen como los niños, á quienes para poder nutrirlos se les pone miel sobre el pan: ellos lamen aquélla, pero abandonan éste. Los que no aman á Dios sino por la dulzura de su amor, son como las golondrinas, que buscan el calor de nuestras moradas y nos abandonan en invierno.

La ausencia de consuelos sensibles en la oración y otros ejercicios espirituales produce en muchos amargas inquietudes, porque se imaginan que con el tedio y sequedad no se hacen progresos en la virtud.

Los grandes maestros de espíritu les responden: «Para ir al cielo no queréis avanzar sino sobre una senda regada de rosas, como si el camino de la felicidad no estuviese sembrado de espinas y como si el Espíritu Santo no nos asegurase que para entrar al cielo necesitamos muchas tribulaciones.

»Vivid sólo para Dios, y por el amor que os tiene, soportad vos mismo todas vuestras miserias, dice el mismo santo. Ser esclavo de Dios no consiste en estar siempre consolado, siempre en

dulzuras, siempre sin aversión ni repugnancia para el bien. Si así fuese, ni Santa Ángela, ni Santa Catalina de Sena, ni Santa Paula, hubieran servido á Dios.

»Servirle es tener caridad con el prójimo; alimentar en la parte superior del espíritu la resolución firme de seguir la voluntad divina; ser manso y humilde para entregarse del todo á Jesús, para levantarse de toda caída, y soportarse á sí mismo y á los otros.

»Hay almas que no conocen devoción si no es la sensible; tan delicados tienen los dientes del espíritu, que no pueden masticar el pan de vida si no es tierno y suave. Hombres de poca fe, á quienes pudiera hacerse el reproche de la Escritura: «¿Hasta cuando amaréis como niños sólo las cosas de la infancia?»

CAPÍTULO XIX.

CONTINUACIÓN DEL PRECEDENTE.

A nuestro Santo, dice el autor del *Espíritu de San Francisco de Sales*, aunque tan compasivo con los otros que le vi llorar muchas veces sobre los pecadores y sobre los enfermos, á imitación de Jesucristo, que lloró sobre Jerusalén y sobre la tumba de Lázaro, lo era tan

poco consigo, que jamás se quejaba de trabajo alguno que le sucediese. Si caía enfermo, refería simplemente su mal, y después se entregaba en manos de la Providencia y á disposición de los médicos, á quienes obedecía sin vacilar.

En las aflicciones interiores era, por decirlo así, amigo y partidario de ellas; diciendo que así como es mejor el pescado que se cría en las aguas salobres del mar, así también las mejores almas, las más sólidamente virtuosas son las que encuentran la paz de Dios en las amarguísimas ondas de las tribulaciones de espíritu.

Á uno que se lamentaba de la privación de consuelos espirituales, le escribió diciéndole: «El amor de Dios no consiste en consuelos ni ternuras; si así fuese, pudiera afirmarse que Jesucristo no amaba mucho á su Eterno Padre cuando decía que estaba *triste hasta la muerte;* cuando clamaba: *¡Dios mío, Dios mío! ¿por qué me has abandonado?* Y precisamente en esas situaciones fué cuando hacía el más sublime acto de amor que podemos imaginarnos. En fin, quisiéramos tener siempre un poco de consuelo y azúcar en nuestras viandas, es decir, gustar sensiblemente del amor y la ternura.»

En otra ocasión decía con mucha gracia que las confituras secas no son menos agradables que las líquidas, ni el asado menos sabroso que el guisado; que las flores marchitas tienen mayor

fragancia que las frescas y húmedas; que los buenos estómagos se mantienen mejor con viandas fuertes que con las que son ligeras y líquidas.

En una palabra, San Francisco no era amante de la devoción sensible, ni de las almas golosas, las cuales, decía, son ordinariamente amigas de sí mismas, y por eso pierden en lo que piensan ganar. Son como muchas madres, que por su demasiada ternura echan á perder á sus hijos.

Á uno que se quejaba de no tener gusto en la devoción, de tal modo que Dios le había quitado todas las rosas dejándole sólo las espinas, le respondió: «Tanto mejor: contáos ya fuera de la turba de aquellos perdidos que decían: *Venid, coronémonos de rosas*. Estáis, pues, en compañía de Santa Catalina de Sena, que prefirió la corona de espinas á la de piedras preciosas. Decidme, continuó el Santo, ¿qué desearías más, un alimento sin salsa ó una salsa sin alimento? ¿una perdiz sin una naranja ó una naranja sin perdiz? ¡Oh Dios! ¿Hasta cuándo gustaremos, como los niños, sólo leche y golosinas, y no alimentos sólidos y llenos de jugo saludable?

»Nada nos inquieta tanto como el amor propio y la falsa estimación de nosotros mismos. Si carecemos de ternura y gustos sensibles en la oración, de suavidades interiores en la meditación; si tenemos algunas dificultades para hacer el bien; si algún obstáculo se opone á nuestros justos deseos,

se nos verá solícitos en vencer todo eso y abatidos por la inquietud.

»¿Y por qué? Sin duda porque amamos nuestros consuelos, nuestras conveniencias, nuestras comodidades. No vemos que Jesús, prosternado en tierra, suda sangre y agua por la angustia, por el extremo combate entre los afectos de la parte inferior de su alma y las resoluciones de la parte superior.

»Decís que nada hacéis en la oración; pero lo que hacéis basta, porque ¿no es buena oración presentarnos solamente ante Dios para mostrarle nuestra nada y nuestra miseria? El más elocuente discurso que nos hace un mendigo es presentarse á nuestros ojos con su desnudez y necesidades.

»Á veces delante de Dios haréis menos que eso, porque sólo estáis allí como un espectro ó una estatua. Pero advertid que en los palacios hay estatuas que no sirven más que para recrear la vista de reyes y príncipes. Contentáos, pues, con servir de esto á Dios, y Él animará esa estatua cuando sea de su agrado.

CAPÍTULO XX.

DE LA TIBIEZA.

La falta de la devoción sensible induce á creer á los timoratos que se encuentran en estado de tibieza. Este temor los llena de inquietudes para lo presente y sobre todo para el porvenir. Para consolarlos, San Alfonso explica claramente en qué consiste la tibieza.

«Hay, dice, dos suertes de tibieza, la una *evitable* y la otra *inevitable*. De ésta, ni los santos mismos se pudieron librar. Comprende todos los defectos cometidos por mera fragilidad y sin consentimiento pleno. Tales son las distracciones en la oración, las turbaciones interiores, las palabras inútiles, la curiosidad vana, el deseo de agradar, cierta sensualidad en el comer y beber, algunos movimientos de concupiscencia no reprimidos presto, y otras cosas semejantes.

»Debemos ciertamente evitar, en cuanto podamos, todos estos defectos; pero atendida la debilidad de nuestra naturaleza, corrompida por el pecado, es imposible evitarlos todos. Debemos, por tanto, arrepentirnos de ellos porque no dejan

de desagradar á Dios; pero debemos guardarnos mucho de la inquietud que pueden causarnos. «Estos pensamientos inquietos, dice San Francisco de Sales, no vienen de Dios, que es el principio de la paz; vienen siempre del diablo, del amor propio ó de la falsa estima de nosotros mismos.»

»Es, pues, necesario ahuyentar presto los pensamientos inquietantes y no atender á ellos. Estos defectos, dice el mismo Santo, siendo indeliberados é involuntarios, se borran con un acto expreso de la voluntad: basta para ello un acto de amor ó de dolor. Son faltas, en verdad, pero no obstáculos para la perfección; ó más bien, no impiden que caminemos á la perfección, que, como es sabido, no existe en realidad más que en el cielo.

»La tibieza *evitable* sí es un obstáculo para la perfección. Los tibios de esta especie cometen pecados veniales de propósito deliberado, aunque ven claramente que los pudieran evitar con el auxilio de la gracia. «Dios nos preserva, dice Santa Teresa, de cualquiera falta deliberada, por pequeña que sea.» Tales son, por ejemplo, las mentiras voluntarias, las murmuracioncillas, las imprecaciones, las palabras picantes, las chanzas en que se ofende la caridad, el deseo de ser estimado, las afecciones demasiado humanas hacia los individuos de sexo diferente, etc. Todas estas cosas, continúa el mismo Doctor, son otros tan-

tos gusanillos muy de temer, porque sus roeduras no se perciben sino cuando han acabado con las virtudes. El demonio se sirve de estos defectillos para conducirnos á mayores excesos.

»Escuchad la amenaza que Dios ha lanzado contra los tibios: *No eres frío ni caliente; más te valiera ser frío; pero como eres tibio, empezaré á arrojarte de mi boca.* Sí, más vale en cierto modo ser frío, privado de la gracia de Dios, que ser tibio. El que está frío puede despertar por los remordimientos, enfervorizarse y cambiar de vida; pero el tibio se aduerme en sus defectos sin pensar corregirlos y casi no da esperanza alguna de enmienda.»

Por tibieza se entiende un estado habitual. Algunos pecados veniales deliberados, pero cometidos de tiempo en tiempo, no bastan para constituir un hábito. Es, sin duda, necesario evitarlos con toda diligencia; pero si á veces se cae en ellos, no hay que creer que á eso se refiere la amenaza de Dios.

CAPÍTULO XXI.

ESCRÚPULOS SOBRE DISTRACCIONES Y TENTACIONES.

Otro motivo de turbación para las almas devotas es la multitud de distracciones, de pensamientos frívolos y extraños que les asaltan durante la oración y meditación. Y les parece que son inevitables esos defectos que sólo se originan de nuestra flaqueza, de la movilidad de nuestro espíritu y los devaneos de la imaginación. Los más grandes santos han sufrido todo eso y aun con mucha frecuencia, como lo dice el autor mismo de la *Imitación*. Se refiere que un solitario de la Tebaida intentó decir un *Pater noster* sin distracción alguna; lo comenzó cincuenta y tres veces y no logró su objeto.

No siendo voluntarias las distracciones, en nada disminuyen el mérito de la meditación «Aunque no hicieseis otra cosa, dice San Francisco de Sales, más que desechar las distracciones, vuestra oración sería excelente, porque Dios sólo atiende á la buena voluntad.»

Cuando nos hayamos puesto seriamente en presencia de Dios, desechando de antemano las distracciones que nos puedan sobrevenir, tran-

quilicémonos; y tanto más, cuanto si las distracciones sean ocasionadas por trabajos externos prescritos por obediencia. Escuchemos *El Espíritu de San Francisco de Sales* sobre este punto:

«Suspiraba por el descanso una superiora, lamentándose de que las ocupaciones anexas á su oficio la distraían de su unión con Dios: el Santo la hizo callar representándola que no hay cosa que nos pueda separar de Dios sino el pecado.

»Es ciertamente un error manifiesto el pensar que las ocupaciones legítimas nos apartan del divino amor; por lo contrario, no hay lazo más fuerte para unirnos á Dios como hacerlas puramente para gloria suya. Dejarlas para unirse á Él en la oración, en la soledad, en la lectura, el silencio, el recogimiento, el reposo y la contemplación, más es dejar á Dios para unirse á sí mismo y á su amor propio.

»Ved lo que agregó el Santo para estimular á esa superiora: «Á proporción que, ayudada de la virtud, de la santa obediencia, emprendierais muchas cosas para Dios, Él os favocerá con su ayuda y hará vuestra obra juntamente con vos, si vos queréis hacer la suya juntamente con Él. Pues si la suya es la santificación de las almas, trabajad humilde, simple y confiadamente en esto, y jamás sufriréis distracción alguna perjudicial. No es paz justa la que huye del trabajo necesario para la gloria de Dios.»

Por otra parte, hay dos medios de evitar ó siquiera disminuir las distracciones en la meditación: ponerse seriamente en presencia de Dios y usar algún libro. *El que se pone á orar sin preparación, es semejante al que tienta á Dios.* «No ignoro, dice San Francisco, que hay tiempos estériles en que por más preparación que se haga, será tan difícil sacar un pensamiento de la cabeza como una gota de agua de los peñascos; pero os suplico que no os aflijáis en esa situación. Proseguid trabajando con dulzura, con humildad y paciencia, y sin fatigar vuestro espíritu.

»Servíos de algún libro cuando os sintáis fatigados; leed un poquito y luego meditad sobre ello; volved á leer y meditad otros instantes, y proseguid así durante vuestra media hora.

»La madre Teresa así obró también en sus principios, y asegura que se encontraba muy bien. Y puesto que hablamos confidencialmente, os diré que cuando me he valido de ese método ha salido bien. Tened por regla que la gracia de la meditación no puede lograrse nunca por los esfuerzos del espíritu; pero sí es indispensable una perseverancia dulce, afectuosa y llena de humildad.»

A las distracciones siguen las tentaciones, nuevo y frecuente motivo de escrúpulos é inquietudes para las conciencias delicadas ó poco instruídas. Oigamos la obra citada:

«Me preguntáis por qué Dios permite que el

demonio nos aflija con tantas tentaciones, poniéndonos en grave peligro de ofenderlo y condenarnos. Os respondo con el Espíritu Santo que *la tentación engendra la paciencia, la paciencia la prueba, ésta la esperanza y la esperanza nunca es confundida* (*Rom.*, v, 5). *Dichoso es el que sufre la tentación, porque cuando haya sido probado, recibirá la corona de vida que Dios ha prometido á los que le aman* (*Jac.* I, 12). *El que no es tentado, ¿qué sabe?* (*Eccli.*, XXIV, 11). *Porque eras acepto á Dios fué necesario que la tentación te probara* (*Tob.*, XII, 19).

»¿Sabéis lo que Dios hace en la tentación? Permite que el maligno autor de tales artefactos los proponga en venta, para que, con el desprecio que los vemos, podamos atestigar nuestro afecto á las cosas divinas.

»¿Y por esto, hija mía, nos habríamos de inquietar? ¿Cambiaremos siquiera de postura? De ningún modo. Es solamente el diablo, que anda alrededor de nosotros para que se le abra alguna puerta. Así obraba con Job, con San Antonio, con Santa Catalina de Sena, y con una infinidad de almas que conozco, y también con la mía, que nada vale y que no conozco gran cosa.

»¿Por todo esto habríamos de incomodarnos? ¡Ah! Dejad al demonio que continúe su obra; tened solamente todas las puertas cerradas, y al fin se cansará ó Dios lo alejará de vuestro lado.

Es buena señal tanto ruido y tanta tempestad en vuestra alma, porque eso indica que no habéis sucumbido.

»Nos turbamos y afligimos por no saber si la tentación está fuera ó dentro de nosotros.»

CAPÍTULO XXII.

NUEVOS ESCRÚPULOS SOBRE LAS TENTACIONES.

PERO me diréis:—¿En qué conoceremos esta diferencia?—Ved aquí la piedra de toque; observad si os agrada ó no la tentación; y puesto que los pecados no pueden dañar cuando desagradan, con más razón tampoco perjudicarán las tentaciones. Oid una sentencia del Santo sobre el asunto: «Notad que mientras la tentación nos desagrada nada hay que temer. ¿Por qué os había de desagradar sino porque no la queréis ó no queréis lo que os propone?

»*Pero si yo*, me diréis, *me detengo mucho en ella, ya por inadvertencia, ya por inacción al desecharla, ó bien por debilidad en combatirla, ¿no habrá en ello algún género de complacencia?*—El mal en las tentaciones no se mide por su duración; podrá perseguirnos y ejercitarnos toda nues-