

pañía, y en otras semejantes, conforme á la costumbre del noviciado, empezando por un mes entero de ejercicios espirituales.

Esto se ha dicho para que se entienda que los ejercicios espirituales se deben hacer por un mes entero, y que ésta fué la mente y la práctica de nuestro santo Padre; y así lo ha entendido siempre la Compañía, sino es cuando al que los hace le falta alguna de las calidades ó disposiciones arriba dichas. Por lo cual, así como no se le han de dar todos los ejercicios, sino parte de ellos, así le basta menos tiempo para hacerlos.

CAPÍTULO XXVII.

DE LAS AYUDAS QUE HAY PARA PERSEVERAR EN LOS

EJERCICIOS POR UN MES.

TODAS las cargas, por pesadas que sean, teniendo ayuda se pueden llevar; y todas las dificultades por grandes que sean, poniendo medios se facilitan y se vencen. Veamos ahora qué ayudas hay, y qué medios para vencer esta dificultad y llevar esta carga de hacer ejercicios por treinta dias. Lo primero que ayuda, es la mucha variedad de cosas que hay en que ocuparse y ejercitarse por todos estos dias. Porque si la ocupacion de hoy es como la de ayer, y la de mañana ha de ser la misma que la de hoy, ¿quién no se cansará de tanto encerramiento, de tanto silencio, de tanto ejercicio mental,

que todo es de una misma manera? Pero no es así en los ejercicios de nuestro santo Padre, sino que todas cuatro semanas tienen diferente ocupaciones, y todos los dias de cada semana, y todas las horas de oracion de cada dia. Y la diversidad de las ocupaciones nacen de los diferentes intentos, de las diferentes materias de meditacion, y de los diferentes modos de orar, y de otros diferentes ejercicios que se reparten por las semanas á sus tiempos y en sus lugares. Porque primeramente las cuatro semanas tienen tan diferentes intentos, cuanto lo son los de las tres vias, purgativa, iluminativa y unitiva, á quien corresponden, como arriba queda declarado. Y como es diferente el intento, así lo es la materia de la meditacion, como se dice en la anotacion cuarta y se ve en el discurso de todo el libro. Y así como en cada una de estas tres jornadas señalamos diferentes pasos, que son diferentes dictámenes y propósitos que debemos procurar asentar é imprimir en nuestro corazon; así para todos los dias de cada semana hay casi diferentes intentos en que poner la mira, y diferentes grados de aprovechamiento en que ir adelantando al que se ejercita, y consiguientemente diferentes puntos para materia de la meditacion.

Vengamos á las horas de oracion de cada dia, las cuales, conforme á la distribucion que el santo Padre pone en su libro, han de ser cinco, con tanta variedad, que cada una tiene en que diferenciarse de la otra. Porque en la oracion de la media noche, y en la de la mañana, han de ser diferentes las meditaciones; las dos horas segundas que son antes y despues de comer, han de ser repeticiones. Las cuales (como veremos más á la larga en su propio lugar) se diferencian de las meditaciones, quanto á la materia y quanto al modo de orar.

Cuanto á la materia, porque aunque es repeticion de las primeras meditaciones, pero no es meditando por el mismo órden sobre todos los puntos, sino entresacando aquellos en que tuvimos más luz, y escogiendo lo más apurado de nuestro sentimiento para imprimirlo más en el corazon. Cuanto al modo de orar, porque tiene menos de discurso y más de afecto, y así se multiplican aquí tres coloquios. Y conforme á esta traza, la primera hora es repeticion de las dos meditaciones de la media noche y de la mañana, y la segunda hora despues de comer, es para repetir sobre la primera repeticion. La última hora antes de cenar, aunque es sobre la misma materia, es el modo de orar del todo diferente; conviene á saber, la aplicacion de los sentidos, que tiene poco ó nada de discurso, y sobre una vista sencilla funda varios afectos que corresponden á las operaciones de los sentidos.

A esto se añaden otros varios ejercicios, que se van platicando y ejercitando á sus tiempos, como son los dos exámenes, general y particular, la confesion y la comunión, las elecciones, con tanta variedad de notas, avisos y adiciones. De manera, que no solamente no hay semanas ni dia; pero apenas hay hora, en que no podamos esperar alguna nueva instruccion, ó alguna inteligencia ó sentimiento de nuevo. Pues así como en un camino, cuando la tierra es yerma y despoblada, presto se cansa y fatiga el caminante; pero cuando hay variedad de ciudades, de ríos, de arboledas, por largo que sea el camino, no se siente tanto, porque la novedad de las cosas parece que renueva las fuerzas, y la variedad deleita y entretiene; así tambien con la novedad de los ejercicios cada dia le parece al ejercitante que es el primero; y los nuevos afectos que pretende, y efectos nuevos que experimenta, le traen entretenido; y la ganancia y prove-

cho de su alma, le trae animado para no desmayar hasta llegar al fin de la jornada.

La segunda cosa que ayuda para esto mismo, es el cuidado de medir la carga con las fuerzas, y las fuerzas con la jornada. Esto ha de estar muy á cargo del que da los ejercicios, para que ninguno tome más tarea de la que descansadamente puede hacer. Lo contrario, no solamente sería contra la salud del cuerpo, sino contra el aprovechamiento del espíritu. Porque ninguna cosa parece que nuestro santo Padre estimó en tanto, como perseverar hasta el fin en este mes de ejercicios; y en razon de esto dispensa de buena gana en las demás, por provechosas que sean y muy necesarias que parezcan. La penitencia, como pudiere; el encerramiento, como lo llevar su salud; el número de las horas de oracion, segun sus fuerzas, y segun su edad y disposicion; el estar de rodillas, ó sentado, ó en pié, como mejor se hallare solamente que dure en sus ejercicios. Porque si todas las demás cosas se enderezan á que haga mejor y con más provecho los ejercicios, ¿qué discrecion será tomarlas en tal medida que del todo los estorben é interrumpen? Dèbense pues moderar estas cosas, de manera que queden las fuerzas bastantes para hacer ejercicios. Porque al contrario tambien, si es menester moderarlas tanto que no se hagan del todo, ni cuanto basta para sacar el fruto que se desea de ellos, mejor es no entrar en ellos, pues absolutamente falta la salud y las fuerzas para hacerlos. Pero habiendo la salud que baste, todas las demás cosas se deben moderar para poder perseverar en ellos. De manera, que hacer ejercicios, es vacar por treinta dias de estudios, de negocios, de salidas y vagueaciones, y recogidos los sentidos y quieto el espíritu, atender á sí mismo, y fundarse en aquellos propósitos que arriba de-

claramos, con los medios que mejor le estuviere y con más descanso pudiese hacer, leyendo ó meditando, en pié ó de rodillas, sentado ó paseándose, con más penitencia ó con menos, y si fuere menester con alguna comodidad y regalo. Veamos, pues, ahora de dónde nace esta dificultad, de no durar por treinta dias en estos ejercicios. ¿Por ventura de las ocupaciones nuevas que tomamos, ó de las antiguas y acostumbradas que dejamos? No se puede dudar, sino que lo uno y lo otro tiene su dificultad; pero mucho se puede presumir que lo que en primer lugar hace más pesado este negocio, no es la carga que tomamos, pues es tan medida, sino las ocupaciones de gusto que dejamos. Y aunque es verdad, que no es fácil interrumpir por muchos dias las ocupaciones á que nos lleva la costumbre y el gusto y la inclinacion; pero esta misma dificultad muestra la necesidad que hay de hacerlo, para resfriar aquel calor y bullicio del ánimo que nace del continuo movimiento y agitacion del espíritu, que acostumbrado á andar derramado fuera de sí en las cosas exteriores, siente congoja y estrechura quando le obligan á entrar dentro de sí á ver y escudriñar las cosas secretas é interiores; y como quien entra en una casa oscura, que no ve ni sabe sus entradas ni salidas, así desea salirse presto afuera á dilatarse por los sentidos en la luz de este siglo, y en los negocios y con las personas que le son familiares. Y así los que se dejan vencer de esta dificultad tienen mala excusa, porque para lo que aquí pedimos no es menester tanto de salud, quanto de buena resolucion de la voluntad; y tomando despues los ejercicios mentales con la medida que pide la discrecion, no será dificultoso durar en ellos hasta alcanzar la luz interior, que nos detenga con gusto y con provecho en ellos; y en lo uno y en lo otro está tan de-

clarada la voluntad de nuestro santo Padre, que no da lugar á dudas ni á interpretaciones. Porque de ninguna manera quiere que se den todos los ejercicios, sino á los que los desearen y tuvieren grande resolucion de hacerlos; y despues de haberlos empezado, no quiere que por cualquier cansancio ó indisposicion se interrumpan, sino que moderándose el rigor se lleven adelante los ejercicios.

CAPÍTULO XXVIII.

DE OTRAS COSAS QUE AYUDAN PARA PODER PERSEVERAR EN
LOS EJERCICIOS POR UN MES.

DEMAS de lo dicho en el capítulo pasado, ayuda, y no poco, para el mismo intento, la resolucion con que uno ha de entrar en estos ejercicios de perseverar en ellos por un mes; porque, como bien dice *Contemptus mundi*, segun es nuestro propósito, así es nuestro aprovechar. El que tira la barra, segun que quiere hacer el tiro, así pone el aliento y toma la corrida y esfuerza el brazo; y puede ser que no haga sino un tiro de ocho pasos el que si se determinara lo hiciera de treinta. El que sale de su casa para caminar una jornada, con dificultad le harán caminar dos; porque ni va determinado ni apercebido, pero el que sale para caminar hasta las Indias, no se le hace de nuevo que el camino sea largo y dure por muchos dias, ni se deja vencer de las dificultades

que ya lleva tragadas. Los trabajos prevenidos son menores, y los golpes que se esperan hieren menos. El espíritu es el primero que pelea, y el primero que vence ó es vencido; él es el que toma á peso todas las cargas, y juzga si se podrán llevar ó no; y antes que el cuerpo dé el primer paso, ya el espíritu ha ido y venido y andado muchas veces todo el camino; y cuando él se resuelve á emprender una cosa, lo más está hecho para salir con ella; y para animarle á tomar esta resolución de los treinta días de ejercicios, mucho ayudan las exhortaciones en buena coyuntura, y los ejemplos de los que los han hecho, como arriba dijimos.

No menos ayuda para esto mismo, el uso y ejemplo de otros. Porque ninguno rehusa lo que se usa; y cualquier seglar se recogerá con menor dificultad por un mes, si sabe que otros seglares de su calidad lo han hecho; y mucho mejor cualquiera de los que entran en religion, si sabe que es ley por la cual pasan todos los religiosos. Bien puede ser que los ejercicios de un mes por dificultosos se hayan hecho desusados, pero tambien me persuado que por desusados se han hecho dificultosos. Porque así como las sendas desusadas se vienen á cegar, y poco á poco de dificultosas se vienen á hacer imposibles; así por el contrario, si se frecuenta el caminar por los montes y sierras, los que mirados de lejos parecen inaccesibles, llegándose cerca ellos mismos dan esperanza de poder vencerlos mostrando las huellas de los que han ido delante, con que van convidando á subir hasta lo más alto de la cumbre. Todas las cosas por árdas que sean, poniendo la mano en ellas se hacen tratables, y con el ejemplo de otros, fáciles y llevaderas. Largo sería querer probar esto con ejemplos, pero bastará tocar uno solo que valga por todos. Pongamos los ojos en

todas las religiones que florecen en la Iglesia. ¿Quién creyera que hombres flacos y que salen del regalo y libertad del mundo, pudieran guardar tanto silencio, tanto encerramiento, tanto rigor en la comida, tanta aspereza en el vestido, tan larga asistencia en el coro, tanta sujecion á los mayores, tanta paz con los iguales, tanta humildad con los menores, y otras cosas semejantes que vemos que guardan, no un particular solo, sino comunidades enteras? Y ¿qué es la causa porque así tan fácilmente lo guardan los particulares, sino porque lo guardan las comunidades? porque esto nos enseña la experiencia, que todo lo que usa la comunidad, por dificultoso que sea, se hace fácil de cumplir á los particulares, aun á los mismos novicios, desde el primer día que entran á vivir en ella. Y para subir de allí y pasar aquella raya, aun en cosas muy pequeñas se hace dificultoso y casi imposible á los más antiguos y ejercitados. Tanta es la fuerza que tiene la comunidad para llevarse tras sí á los particulares; y en esto se funda tambien la obligacion que tienen los particulares para sustentar en su vigor los buenos usos y loables costumbres de su comunidad. Porque si nos dejamos vencer de dificultades particulares, á pocos años no nos conoceremos; y el camino que nos enseñaron los fundadores y al principio parecia llano por los muchos que caminaban por él, despues á la tibieza de los sucesores parece inaccesible.

Finalmente, de este mismo principio se saca otra cosa que mucho ayuda para poder durar en estos ejercicios, y es que cuanto este negocio se toma por más días, tanto se hace con más sosiego y descanso. El mucho tiempo que cansa, ese mismo descansa, y del veneno se ha de hacer la triaca para sanarle. En pocos días todo se hace de prisa y nada de asiento, y el estar en pié y de

prisa causa cansancio: en ocho dias solos ¿qué se puede hacer, donde los cuatro son menester para entrar y los cuatro para salir, y apenas queda ninguno para estar en ejercicios? Quiero decir, que para templarse y quietarse son menester los cuatro dias primeros, y los otros cuatro empieza ya uno á disponer lo que ha de hacer en saliendo. Demas de esto, es cosa cierta que al principio de la jornada se camina siempre con más aliento, hasta que despues se asienta el paso, de manera que pueda durar. Más cansa correr ocho dias, que caminar á buen paso un mes. La experiencia nos enseña que la fuerza y el conato y la aprension, suelen cansar al primer dia de los ejercicios á los que en el postrero salen mucho más descansados, despues de haber gastado aquellos humos que causaba la novedad; luego no es tanto el tiempo el que cansa, quanto el cuidado y la fuerza, que de ordinario con el mismo tiempo se remite y modera. Todas las cosas, por violentas que parezcan al principio, con el tiempo y con el uso se hacen como naturales; y las que son naturales, sin trabajo y sin cansancio se ejercitan. La naturaleza, aunque nos fué madrastra en dejarnos sujetos á tantas miserias y penalidades, en esto, dijo Séneca, nos hizo oficio de madre, que con el tiempo se van haciendo menores, y pierden la fuerza que tenían al principio. Lo que para el preso al principio es cárcel, con el tiempo se viene á ser casa de aposento; y lo que fué para el cautivo mazmorra, viene á ser morada y habitacion; y la mala ventura, como dice el proverbio, no es mala si dura. La necesidad ha venido á vencer muchas dificultades que parecian invencibles; y aquella necesidad es más dichosa que nace de nuestra voluntad, y se encamina á nuestro provecho. Así que el encerramiento de los ejercicios, aunque al principio parece penoso, siendo

como es voluntario y provechoso, se viene á hacer despues no solamente fácil y llevadero, sino tambien agradable y amoroso. Y los que no duran más que ocho dias suelen tomar lo penoso, y cuando habian de gozar del fruto, entonces desisten y lo dejan. Grande argumento tenemos para esto en los que de nuevo entran en la religion. ¿Qué mayor mudanza que la que hacen los novicios cuando salen del mundo? Dejan sus padres, dejan sus amigos, dejan su libertad, dejan sus ocupaciones conocidas, y finalmente dejan sus costumbres. Si esto se tomara por solo un mes, ¿qué cosa pudiera imaginarse más pesada y molesta? Y sin duda lo fuera, estar un mes como flechados y reprimidos, para volver á sus antiguos entretenimientos y á su primera libertad. La esperanza de salir hiciera los dias largos; y las ocupaciones que se han de dejar presto, son más pesadas, porque no hay tiempo para cobrar amistad con ellas; y porque no han de durar nos damos prisa porque duren menos; y porque no hemos de durar en ellas deseamos más presto sacudirlas y arrojarlas de nosotros. Y por el contrario, el saber el novicio, que ha tomado vida para toda la vida, hace que la tome de asiento, y que la cobre amor; y quanto más tiempo pasa, tanto se halla con más descanso y con más provecho. Y lo que es en este ejemplo de los novicios en la religion, es de la misma manera en todos los que de nuevo entran en algun oficio ó cuidado; y lo mismo es tambien de los que entran en los ejercicios, que los primeros dias como vino nuevo, se les suben todos á la cabeza; y aquella aprehension y reflexion de que los hacen, no se los deja hacer; y entonces empiezan á hacerlos, cuando ya no echan de ver que los hacen; y para esto es menester tiempo y espacio. Porque si el dia que uno entra, alcanza ya el dia en que ha

de salir, todo se le va en contar los dias que han pasado y los que le faltan, y en sustentar con molestia y congoja aquella máscara de ejercitante, que para pocos dias se ha puesto; y presto se la piensa quitar. Lo cual no sería así, si hubiese de estar un mes; porque lo tomaría de espacio y de asiento; y no solamente resultaría de aquí mayor provecho, como probaremos en el capítulo siguiente, pero aún mayor alivio y descanso, que es lo que ahora pretendemos.

CAPÍTULO XXIX.

DE LOS PROVECHOS QUE SE SIGUEN DE HACER LOS EJERCICIOS POR TREINTA DIAS.

MODOS los medios que hemos dicho para facilitar los ejercicios por treinta dias, suponen grande necesidad ó evidente utilidad en ellos. Porque así como se dan muchos remedios para tomar con más facilidad unas píldoras ó una purga, pero suponiendo que es fuerza tomarla para tener salud; porque de otra manera, ¿qué remedio hay que haga una purga por sí misma apetecible y sabrosa? así tambien no hay duda, sino que la variedad de los ejercicios, la moderacion de los trabajos, la resolucíon de los que acometen esta empresa, el ejemplo de otros, y el mismo tiempo que templá el rigor y hace más ligera la carga de los primeros dias, todas éstas son grandes ayudas para poder perseverar en el recogimien-

to de un mes; pero no tales que hagan el negocio por sí mismo sabroso, sino más fácil, supuesto que ó la necesidad hace fuerza, ó esfuerza la esperanza de grandes y evidentes provechos; y cuales sean estos empezaremos á declarar en este capítulo.

Suponiendo primero por cierto, como lo es, que cuando decimos ser de tanto provecho hacer ejercicios por treinta dias, no consiste esto tan solamente en alargar el recogimiento por más ó menos tiempo, sino mucho más en ejercitarse por todas cuatro semanas, y por todos los modos de orar y de examinar la conciencia que hay en ellas, procurando conseguir con efecto el fruto que por este medio se pretende, y de que hablamos largamente en los tres libros primeros de este tratado. Este es el principal intento y como el alma de los ejercicios, y por aquí se ha de regular el tiempo que se ha de gastar en ellos. De manera, que en el sentido que aquí hablamos, no hace las cuatro semanas de los ejercicios el que gasta treinta dias en la meditacion de los pecados ó de las perfecciones divinas ó en otro modo semejante; porque siendo el ejercicio de la misma materia y con el mismo intento, ni del continuarle se pueden seguir tan particulares provechos (aunque no deja de ser alguno) ni del interrumpirle se pueden temer tan grandes daños, que obliguen á perseverar por tanto tiempo en el recogimiento. Pues luego aquel se dice que hace las cuatro semanas, que con el deseo de conseguir su último fin, deja los caminos errados con verdadero dolor y arrepentimiento de sus culpas, y propósito de la enmienda; y fundado y arraigado en el temor de Dios nuestro Señor huye de todas las ocasiones que le pueden poner en peligro de volver á ellas; y habiéndose así purificado, sube á la imitacion de Cristo nuestro Señor con el ejercicio