

## ARTÍCULO VI

AMPLIA EXPLICACIÓN DEL EJERCICIO DE LAS TRES  
POTENCIAS, SEGÚN S. IGNACIO DE LOYOLA, V. P. CLARET Y  
V. P. GRANADA ORD. PRAED.

Ante todo es precisa é indispensable condición *sine qua non*, un vivo y eficaz deseo de amar, servir y alabar á Dios; y, por consiguiente, se presupone como requisito esencial el tener una fuerza de voluntad constante y habitual de adelantar en la virtud, pues sin esta disposición, tesitura de animo y fuerza psicológica de nuestra voluntad, serán completamente estériles todos los medios que se puedan prescribir; por lo que supuesta esta buena voluntad, daremos los medios más oportunos para hacer bien la meditación y oración mental, mediante la divina gracia.

Hay unos medios que se deben practicar antes de la meditación, otros durante la meditación, y otros después de la meditación.

### I

DE LO QUE DEBE PRACTICARSE ANTES DE LA MEDITACIÓN

Hay preparación próxima y remota: de ésta hemos dicho algo en la advertencia anterior, pues el sincero y vehemente deseo de aprovechar en la vida espiritual, del todo indispensable para quien quiera meditar con fruto, es por sí sólo la mejor preparación para meditar. Mas para mayor aclaración de la materia debemos añadir algunas reflexiones especiales sobre la preparación de que estamos hablando.

Esta es precisamente aquella disposición del ánimo, en cuya virtud nos sentimos inclinados á meditar rectamente, y deseosos de apartar los *estorbos*, y de buscar y aplicar los medios ó auxilios que fomentan la meditación. Conoci-

dos son los obstáculos: lo es la soberbia y vana estimación de sí mismo; pues *la voz de Dios es para los sencillos y humildes. El Señor pone los ojos en las criaturas humildes, y mira como lejos de sí á las altivas*: también es obstáculo la hipocresía y deseo de aparecer cual no se es: *el recto espíritu de doctrina no entrará en el hombre fingido*. Son asimismo obstáculos los pecados á que está pegada el alma; porque *la celestial sabiduría no entra en un alma depravada, ni habita en un cuerpo esclavo del pecado*; y como se habla de la esclavitud del cuerpo, se da bien á entender que singularmente los pecados y faltas contra la virtud angélica oponen gravísimo impedimento á las gracias del divino Espíritu. Grave obstáculo es también la disipación del ánimo durante el día, y el poco recato de los sentidos, pues no es posible que atenta y devotamente medite aquel cuya imaginación se halla llena de vanidades; ni lo es tampoco que tenga el espíritu recogido durante la oración, quien anda siempre distraído, no por ocupaciones plausibles de su destino, sino por curiosidad, poca modestia ú otros defectos. Preciso es, pues, que los que quieran sacar fruto de la meditación aparten cuidadosamente estos y otros obstáculos semejantes.

Los auxilios para hacer una meditación provechosa son por punto general, los actos de las virtudes contrarias á los vicios que acabamos de mencionar, á saber: de humildad, de sencillez en el obrar, de recato en los sentidos, etc.; pues estos son los que procuran la paz al alma, disponiéndola de esta suerte para meditar, y acarrear además las divinas gracias. *Dichosos los limpios de corazón, porque ellos verán á Dios*; y á estos suele el Señor iluminar en la oración.

Sirve también de mucho la mortificación, que es como el precio con que compramos á Dios; así vemos que sucede ordinariamente, que los más mortificados son los que mejor gustan las dulzuras de la oración, y al contrario. Parece que el Señor concede con más gusto lo que sabe deseamos

con tanto ardor y procuramos comprar á costa de cualquier sacrificio, y hasta de nuestra misma carne.

En verdad que esta disposición del alma, que señalamos como preparación remota para meditar, presupone el ejercicio de la meditación, y suele ser á menudo fruto de la misma; pero es necesario tener presente que aquella disposición tiene varios grados, cuyos principios debe poseer el que quiere meditar provechosamente. Hasta los que comienzan la carrera espiritual deben tener verdadero deseo de adelantar en ella.

## II

### DE LA PREPARACION PRÓXIMA

Por lo que toca á la preparacion próxima daremos las siguientes reglas, tomadas de la doctrina de san Ignacio y V. P. Granada, Ord. Praed.

Léase ú oíase atentamente en la víspera lo que ha de ser objeto de la meditación para la mañana siguiente, teniendo en especial consideración el fruto que deseamos sacar de la oración, según el estado de nuestra alma: á la manera que uno que necesita comida ó vestido, ú otra cosa, dice entre sí: mañana por la mañana iré por la comida ó vestido, iré á tal hora, iré á tal casa, para conseguirlos me valdré de estos ó de aquellos medios que me parecen los más adecuados. Ya puestos en la cama, y antes de entregarnos al sueño, debemos asimismo recordar brevemente la misma materia. Y así acostado, por el espacio de una Ave María pensaré en qué ahora me he de levantar, qué materia he de meditar, qué fruto he de sacar y de qué medios me he de valer.

Al despertar por la mañana sea también nuestro primer pensamiento sobre la meditación que hemos de hacer.

Mientras nos lavamos y hacemos los demás ejercicios de costumbre, fomentemos los mismos pensamientos, y procuremos excitar afectos conformes á la futura meditación.

Valerse de alguna comparación análoga á la materia, v. g., del caballero infiel y traidor; del reo; del hijo pródigo; de la Cananea; del ciego; del enfermo, discípulo.....

Ultimamente para llegar á la oración con ánimo tranquilo y sosegado, é inmediatamente antes de comenzarla, por el tiempo de un Padre nuestro (así lo dice san Ignacio), elevando nuestro espíritu á Dios, debemos considerar á Jesucristo presente, y atendiendo á lo que vamos á hacer. Es necesario pensar ante quién nos hallamos; y con quién vamos á hablar; y luego, antes de doblar nuestras rodillas, figurémonos con viva fe á Dios presente, y que con su mirada escudriña y descubre hasta lo más secreto. Y decimos antes de doblar las rodillas, porque esta viva aprensión de la presencia de Dios no debe ir como prelude después de la oración preparatoria, sino precederla, como debe preceder á cualquiera oración. Y con tanto mayor empeño ponemos aquí esta advertencia, cuanto vemos que muchos la desatienden, poniéndose de rodillas para comenzar la oración de pronto y casi atropelladamente, sin pensar en lo que van á hacer.

Las observaciones anteriores son de gran importancia; por manera que el que las practique todas, puede estar seguro de que aprovechará mucho en la meditación, poco el que practique pocas; y nada el que las descuidase enteramente. *Antes de la oración prepara tu alma y no quieras asemejarte al hombre que tienta á Dios.* San Ignacio engarga la práctica de los ejercicios expresados antes de meditar y él mismo jamás los omitió, si bien tenía contraído un especial hábito de orar, y estaba dotado del don sublime de la contemplación; y con este ejemplo podemos conocer cuánto nos convenga usar la explicada preparación y todas las partes de la misma, toda vez que tan poco ejercitados nos hallamos en la oración, y de otra parte con tanta facilidad se distrae y disipa nuestro espíritu. Y por esto debe también encargarse con eficacia un silencio riguroso y una severa modestia, singular-

mente por la noche antes de acostarnos y por la mañana antes de la meditación; porque cualquier defecto de esta clase, cometido en los tiempos expresados, influye mucho en la meditación, y puede malearla en gran manera, no sólo por la disipación que siente el alma tras aquellas imperfecciones, sino además porque nos retira Dios su gracia en pena de tales infidelidades.

Pudiera asimismo servir de preparación próxima para meditar el encomendar á Dios la oración que vamos á hacer al visitar por la mañana al Santísimo, y al invocar al auxilio y protección de la Virgen María y demás Santos abogados para que nos asistan en aquella hora.

### III

#### DE LO QUE DEBE OBSERVARSE EN LA MEDITACIÓN

La meditación tiene tres partes ó tres tiempos, principio, medio y fin, ó sean ingreso, progreso y término, y de todas ellas debemos hablar separadamente.

#### A.

##### DEL PRINCIPIO É INGRESO

Entendemos por ingreso ó principio todo lo que en la oración precede á la lectura de lo que se va á meditar, ó sea del punto de la meditación.

1º. Se adora á Dios humildísimamente, poniéndose de rodillas si no lo impide alguna enfermedad corporal, en cuyo caso debe preocuparse de que sea aun más profunda la reverencia interior. Este debe ser el primer acto del que medita, y para hacerlo con íntimo afecto de corazón es preciso que no se haya omitido lo dicho al tratar de la preparación próxima, á saber: la consideración de lo que vamos á hacer, y de la grandeza del Señor en cuya presencia nos encontramos. Mirando, pues, con fe viva, como si estuviese abierto el cielo ante nosotros y viésemos

en él á su infinita Majestad, recemos con el fervor que podamos la acostumbrada oración paeparatoria.

2º. La oración preparatoria común antes de meditar, además del acto de adoración, esto es, del reconocimiento de la divina Majestad y de la propia nada, debe contener igualmente el arrepentimiento y súplica de los pecados, actos que justamente deben acompañar á cualquier oración, y por último el ofrecimiento de sí mismo y de sus potencias, y la invocación del divino auxilio para bien meditar. Todos estos actos no debemos hacerlos más de boca que de corazón: la oración preparatoria nunca debe pasarse por alto, por más que se llege algo tarde á la oración por haberlo impedido algún obstáculo imprevisto.

3º. También deben preceder á la oración los que San Ignacio llamaba preludios, dos de ellos por lo menos; el primero sirve para ayudar un tanto á la imaginación y apartar más fácilmente las distracciones. San Ignacio llama á este preludio *composición de lugar*, por cuyo medio el que medita se fija en la materia que ha de ser objeto de la meditación: por ejemplo, si debemos meditar sobre la crucifixión de Jesucristo, figurémonos que estamos viendo allí presente á Nuestro Señor clavado en la cruz, lleno de heridas, manando sangre por todas partes y colocado entre dos ladrones; á la Virgen Santísima puesta al pie del sagrado leño, con San Juan y la Magdalena y otras piadosas mujeres; representémonos por otro lado la inmensa muchedumbre de impíos que blasfeman y hacen burla del Salvador. Si la meditación fuese del nacimiento de Jesucristo, nos figuraremos un establo desierto con un mal cobertizo, y en un rincón de aquel el pesebre donde yace el divino Infante, envuelto en pañales y dando tiernos vagidos; cerca de él á San José y á la Virgen Santísima, y si la meditación lo requiere, algunos pobres pastores. La composición de lugar representándonos estos objetos materiales sirve de gran provecho, porque fijada en ellos la imaginación no es fácil que se distraiga, y si en el decurso

divagase á otros objetos, puede volver luego á la representación que se ha formado al principio; como acontece á los que quieren observar con atención algún objeto, pues si un ruido ú otra cosa cualquiera les llama la vista á otra parte, así que advierten la distracción vuelven de nuevo á mirar aquello cuyo examen se habían propuesto. Y debe advertirse que en estos actos, el que medita no debe representarse el objeto como pintado y el suceso como acaecido muchos siglos antes, sino más bien como si tuviese lugar en su presencia, trasladándose, por ejemplo, al establo de Belén ó al Calvario y mirando con sus propios ojos ú oyendo con los propios oídos como si sucediese actualmente.

Si el objeto de la meditación no puede sujetarse á la vista corporal, como cuando se medita sobre el pecado ó la virtud, no favorece tanto este preludio, á menos que el que medita tenga la imaginación muy viva; pero de todos modos aun en este caso puede hacerse alguna composición de lugar: así por ejemplo meditando sobre el pecado podremos figurarnos, como dice San Ignacio, que nuestra alma está encerrada en el cuerpo como en una cárcel; ó bien que el hombre anda desterrado entre animales brutos; asimismo podremos representarnos el pecado bajo la figura de un monstruo horrible y asqueroso; ó tal vez con mayor éxito nos figuremos los efectos del mismo pecado, como el fuego del infierno dispuesto para el pecador, al réprobo aherrojado bajo el poder del demonio y á punto de ser sumido dentro de aquella cueva de tormentos; y de esta suerte podremos representarnos varias imágenes, según sea la materia de la oración. Pero debe advertirse que ya desde el día antes, en la preparación de la meditación, deben formarse esas imágenes ó preludios, sin tomar muchas cada vez y sin esforzarse en la invención; por manera que si nada ocurre, fácilmente podrá servir como preludio el simple recuerdo de la materia sobre que debemos meditar.

Cuando la meditación fuese sobre alguna sentencia de Jesucristo Nuestro Señor, podrá formarse el primer preludio colocándose entre los discípulos y oyentes del divino Maestro, para escuchar de su boca la doctrina que va á ser objeto de la oración. Asimismo, si meditásemos sobre algunas palabras de la sagrada Escritura, deberemos figurarnos que las oímos como de boca del escritor sagrado de quien las tomamos, y como que se dirigen desde el cielo especialmente para aquel que medita.

El segundo preludio consiste en pedir la gracia para bien meditar, no ya en general, toda vez que esto queda hecho en la oración preparatoria, sino en particular, para obtener de la meditación el fruto que nos hemos propuesto. En este sentido debemos pedir luz en el entendimiento y fervor en la voluntad, para que podamos conocer y querer; si meditamos sobre el pecado, pediremos gracia para conocer cuán grave mal sea, y para detestarlo y aborrecerlo con decidida voluntad. Con este motivo podrá tenerse preparada alguna fórmula de petición para las tres divinas Personas, añadiendo siempre algo especial acomodado á la meditación que vamos á hacer.

Si meditamos sobre alguna historia, dice San Ignacio que antes de los preludios indicados debemos recordar brevemente todo el curso de la misma, viniendo luego la composición de lugar y la petición de las gracias; y en este caso los preludios serán tres. En este ingreso ó principio de la meditación, es decir, en la adoración, oración preparatoria y preludios, deben emplearse á lo más de cuatro á cinco minutos.

B

DEL MEDIO Ó PROGRESO DE LA MEDITACIÓN

El medio ó progreso abraza el cuerpo de la meditación, á saber, los puntos sobre que se medita, que por lo común

deben ser dos, tres ó más. En el examen y apreciación de estos puntos, y en el fruto espiritual que de ellos esperamos, consiste propiamente la meditación. Sobre la división de puntos nada advertimos, toda vez que la meditación se toma de algún libro ó escrito en que están señalados; lo que importa tratar es cómo debe ampliarse el objeto de la meditación, cómo debe ocuparse el ánimo en la verdad meditada, cómo debe detenerse en la misma, cómo debe buscarse y sacarse el fruto de la oración, y cómo, por último, debe hacerse aplicación de lo que se medita al actual estado del espíritu.

Según enseña San Ignacio, en la meditación deben aplicarse las tres potencias, la memoria, el entendimiento y la voluntad, y la buena aplicación de estas hará buena la meditación; pudiendo las tres aplicarse en cualquier punto, y pudiendo ser cada uno de los leídos materia suficiente para la meditación.

#### IV

##### CÓMO DEBE EJERCITARSE LA MEMORIA

Esta potencia debe reproducir el objeto de la oración del mismo modo que debió formarse en el primer preludio, con la diferencia, sin embargo: primero, de que puestos ya en el progreso de la oración no debemos recordar toda la materia como en el preludio, sino tan sólo aquella parte que comprende el punto sobre el cual meditamos; segundo, que esta representación debe hacerse con mayor detenimiento y cuidado que en el preludio, v. g., cuando meditamos sobre alguna sentencia, en el preludio nos figuramos que especialmente á nosotros nos la revelaba Dios, ó se nos manifestaba desde el cielo; mas en el progreso de la oración debemos aplicar la memoria de tal suerte, que creamos oír aquella sentencia como dirigida á nosotros, representándonos, ¿quién es el que nos las dirige? ¿qué

cosas nos habla? procurando comprender bien el verdadero significado de cada palabra. De este modo la aplicación de la memoria prepara el camino para las reflexiones que luego debe hacer el entendimiento. Si meditamos sobre algún acontecimiento, tampoco deberemos recordarlo en su integridad como en el preludio, sino en aquella parte sobre que recaiga la meditación, sin que baste reproducirla en globo, antes deben mirarse sus circunstancias con mucha atención, para poder formar las cuestiones ó preguntas conducentes sobre la persona, lugar, cosa, tiempo, medios motivo, modo, etc. Todas estas preguntas deben hacerse principalmente en este lugar, porque el entendimiento, bien apreciadas aquellas circunstancias, podrá discurrir con mayor acierto para sacar el fruto práctico que se desea. Véanse los siguientes ejemplos sobre meditación de algún punto doctrinal ó de algún hecho.

Supongamos objeto de la meditación la sentencia de Nuestro Señor Jesucristo: «¿Qué le aprovecha al hombre ganar todo el mundo, si recibe daño su alma?»

Como primer preludio me representaré al Señor rodeado de sus discípulos, formando coro entre ellos, y como si realmente se dirigiese también á mí, diciéndome: «¿Qué le aprovecha al hombre? etc.» La memoria podrá ejercitarla del modo siguiente: «¿Quién habla?... es el mismo Jesucristo... sabiduría y verdad eterna... Maestro de salvación enviado del cielo... que no quiere espantarme ni angustiarme; sino salvarme... Es, pues, Jesús quien me dice: ¿Qué aprovecha?... como si dijera: ¡nada aprovecha... á cualquier hombre... *ganar todo el mundo*... aunque consiga el absoluto dominio del universo, todas las riquezas, honores, placeres... aunque no deba partir con otro todos estos bienes... de nada le servirían *si el alma*, inmortal y eterna., *recibe daño*... si por el pecado la pierde en un eterno suplicio! Esto es lo cierto... así lo dice Nuestro Señor Jesucristo... y así lo creo, porque es verdad eterna é infalible... Nada, nada aprovechan... de nada sirven al hom-

bre todos los bienes del mundo, toda su gloria, todas sus delicias... si pierde su alma... ¡Tal es la doctrina de Jesucristo! Y á la verdad, todo el mundo pasa... y el alma no acaba... el alma vive eternamente... feliz ó infeliz... pero para siempre! El mundo tendrá su fin, termina su pompa, sus vanidades y sus riquezas... todo esto acaba... llegará algún día el fin de todas estas cosas, y en verdad nada servirá haberlas gozado por algún tiempo... porque jamás volverán á parecer... Aunque se goce una fortuna próspera en todo, por diez, treinta ó cuarenta años... si bien poquísimos son los que la obtienen... suponiendo que la lograrse... ¿qué me servirá si pierdo mi alma?... Estos pasarán... llegará de ellos la última hora... ¿y el alma?... ¡durará todavía y siempre!... salvada ó condenada... jamás, jamás llegará al fin de la dicha ó de la desdicha... Realmente nada le aprovecha al hombre todo el mundo y perder su alma.»

Tales reflexiones, podrá decirse, y no lo negamos, que corresponden más bien al ejercicio del entendimiento; pero poco importa. El entendimiento podrá desarrollar la sentencia propuesta, y hacer aplicaciones de la misma al estado del que medita. No hay inconveniente en que se ejerciten á la vez la memoria y el entendimiento, y hasta podrán excitarse algunos afectos en la voluntad.

Como ejemplo del modo como se ejercita la memoria, debemos meditar sólo algún hecho, proponemos el siguiente; señalando también el primer prelude para que se conozca la diferencia de entrambos.

Meditando sobre la crucifixión de Jesucristo, nótese los siguientes puntos: 1.º Dolor corporal de Jesucristo. 2.º Cuánto sufre en su honra. 3.º Cuánto en su espíritu. El prelude deberá alcanzar brevemente toda la historia, pero la memoria deberá concretarse al punto que va á meditar.

Prelude 1.º Colocado en el Calvario fijaré mis ojos en Jesucristo pendiente de la cruz, respirando aún... entre dos ladrones, y chorreando sangre por todas partes. Observaré

la innumerable multitud del pueblo, que casi sin excepción hace burla del Señor y blasfema contra él... veré los semblantes encendidos por el furor, y oiré sus murmullos y clamoreo... Jesús agonizante exclama: Dios mío, ¿por qué me habéis desamparado?... Este prelude contiene en resumen los tres puntos indicados. Tratando, pues, de aplicar la memoria, se tomará uno solo dejando los dos restantes. Por ejemplo:

Punto 1.º *Dolor corporal de Jesucristo.* El Señor está pendiente de la cruz... ¡Oh, cuántos dolores, cuán crueles tormentos está sufriendo!... todo el cuerpo lleno de heridas y salpicado de sangre!... *En verdad, ni tiene hermosura ni figura... no hay parte sana en él, desde la planta de los pies hasta la extremidad de la cabeza...* ¡Ay cuán cruelmente lacerados están sus miembros!... la cabeza taladrada con las espinas... atravesada la frente con agudas puntas... los ojos bañados en sangre... el rostro contuso y lívido... la boca mortificada con hiel... el pecho, espaldas... costados... brazos... y piernas horriblemente lacerados por los azotes!! ¡Arrancada la carne en muchas partes, se descubren los huesos... los pies y manos agujereados por los clavos... y sacudidos y lisiados todos sus nervios con tan profundas heridas, está pendiente... vivo... una hora y otra hora, y hasta tres horas!!! ¡Qué terribles tormentos!... ¡Tanto sufre Jesucristo inocente, santo inmaculado, y bueno por esencia!... Jesucristo, la misma inocencia, la misma santidad, la misma bondad!... Jesucristo Dios y hombre... el Salvador del humano linaje... digno de ser amado con infinito amor!... Jesucristo, gozo de los Ángeles... á quien desean siempre ver aquellos espíritus celestiales, es tan cruelmente tratado por los hombres! Así lo permite y dispone el Padre eterno! ¿Y por qué así? No ciertamente por sus pecados, porque ninguno tiene, porque jamás ha pecado ni podido pecar, sino por los delitos de los hombres... Por los míos... por mis pecados (*tal y tal*) el divino Jesús padece tantos suplicios, y con ser inocente,

y con ser tantos y tan atroces los tormentos que está sufriendo, los padece, sin embargo, en silencio, sin una queja... y no sólo no aborrece á los que son autores y causa de tantos suplicios, sino que los ama con sumo amor... Así tuvieron lugar estos hechos; así los enseña la fe divina; así los creo, y los creo firmemente porque los enseña la fe apoyada en la revelación, es decir, en la palabra de Dios, verdad eterna é infalible.

De este modo regularmente podremos aplicar la memoria. Y no es necesario sobre esto entrar en otros detalles, porque cuanto atañe al uso de aquella potencia, se propone por lo común en los libros de meditaciones, si bien el que medita debe siempre entenderlo y recapacitarlo con mucho cuidado, y no con ligereza, ya que la aplicación de la memoria es como la base sobre que descansan las reflexiones y afectos posteriores de la oración, ó como la semilla y raíz de donde deben nacer: y así es, que si esta aplicación de la memoria no se hace cual corresponde, se perderán más tarde muchas reflexiones saludables.

Debemos advertir también aquí, y con razón, lo que frecuentemente suelen encomendar los autores, á saber: que al tiempo de aplicar la memoria se hagan actos de fe sobre la sentencia ó acontecimiento propuesto, pues así serán más sólidas y profundas las reflexiones hacederas, y tendrán mayor fuerza para mover la voluntad; y por esto en los ejemplos que hemos presentado se han interpuesto oportunamente actos de aquella virtud.

V

CÓMO DEBE APLICARSE EL ENTENDIMIENTO

Cuando con el auxilio de la memoria nos hemos representado la cosa sobre la que vamos á meditar en el modo que dejamos dicho, siguen los actos del entendimiento, por medio del cual hacemos reflexión sobre las verdades

propuestas por aquella, aplicándolas á las necesidades que nos rodean, inferimos resoluciones prácticas ponderando los motivos sobre que descansan, y discurremos el modo como hasta el presente nos hayamos portado con relación á ellas, ó pensemos portarnos en adelante. Todo esto lo hará el entendimiento sin necesidad de grande ciencia, pues cualquiera, por sencillo que sea y poco instruido, podrá sin dificultad racionar sobre lo dicho, con los auxilios de la divina gracia. No tanto se necesitan en la meditación conceptos extraordinarios y reflexiones sublimes, como discursos sencillos y aplicaciones prácticas. Muy cómodo es lo que á menudo se aconseja, y se ajusta hasta la capacidad de los más sencillos, á saber: proponerse algunas preguntas fáciles á las que pueda responder cualquiera, como aplique seriamente su juicio. Las preguntas suelen ser las siguientes: ¿Qué debemos reflexionar sobre el objeto de la meditación y sobre lo que ha recordado la memoria? ¿Qué resoluciones prácticas debemos inferir? ¿Qué motivos nos inclinan á observarlas? ¿Cómo las hemos guardado hasta ahora? ¿Qué debemos hacer en lo sucesivo? ¿Qué impedimentos debemos remover y qué medios emplear para lograrlo? Diremos algunas palabras sobre cada una de estas preguntas.

VI

QUÉ DEBEMOS REFLEXIONAR SOBRE EL OBJETO DE LA  
MEDITACIÓN

Conviene fijarnos aquí en alguna de las verdades contenidas en el punto objeto de la meditación. Un mismo punto comunmente ofrece varias, y de éstas el que medita tomará sucesivamente una, y después otra y otra, reflexionando sobre ellas y aplicándolas á sí mismo y á su actual estado. Así por ejemplo en la sentencia antes propuesta: *¿Qué sirve al hombre, etc.?* se ofrecen por lo menos dos

verdades sobre que podemos reflexionar: 1.<sup>a</sup> La ganancia del mundo entero es un bien vano y despreciable. 2.<sup>a</sup> El daño del alma ó el bien del alma es verdaderamente de sumo interés, porque de él depende la felicidad ó infelicidad del hombre. Asimismo, en los dolores de Jesucristo crucificado, muchas cosas hay que ponderar y aplicar, a saber: tantas cuantas fueron las preguntas que dejamos apuntadas al hablar del ejercicio de la memoria, v. g., la cosa, la persona, el motivo, el modo, etc., pues todas estas circunstancias ofrecen otras tantas reflexiones que podrá útilmente desenvolver y aplicar el que medita. Tomando, pues, la primera de las circunstancias dichas, se harán sobre ella las demás preguntas: *¿Qué resolución práctica deberé inferir?* etc. Y sigue después lo mismo en la 2.<sup>a</sup> 3.<sup>a</sup> y siguientes reflexiones.

## VII

### DOCTRINA PRÁCTICA QUE DEBEMOS INFERIR

En este punto debe examinarse lo que importa hacer, sentada la verdad de la cosa sobre que se medita, es decir, cómo el que ora debe ajustar sus costumbres á aquella verdad; por ejemplo, de la sentencia antes recordada: *¿Qué aprovecha al hombre, etc.?* la primera reflexión que hemos formado ha sido: *Que el ganar todo el mundo es un bien vano y despreciable*: al preguntar, pues, la conclusión práctica que de aquí debe inferirse, podrá fácilmente cualquiera darse la respuesta. Luego dirá: «Es cosa despreciable el universo entero con sus riquezas, sus honores y sus delicias, porque de nada servirá haber ganado el universo con todas estas cosas. Luego ni por ganar el mundo todo, ni por alcanzar sus riquezas, honores y delicias debe sufrir daño alguno mi alma, y mucho menos debe sufrirlo y ofender á Dios por un pequeño bien temporal, por un vano átomo de gloria, por un necio deseo de alabanza humana, por un miserable placer carnal.

Es de sumo interés advertir que el que medita debe especialmente en este punto sacar aquella conclusión que sea más acomodada á su estado. Una conclusión general, regularmente, queda sin efecto: en el ejemplo propuesto, si alguno sacase por única conclusión, *debo despreciar todo el mundo*, sin descender á otras más particulares, es probable que fuera estéril lo resuelto. Tales conclusiones pueden compararse á los tiros, que no teniendo blanco determinado, ni dañan al enemigo ni derriban murallas. Así, las conclusiones generales sin aplicación particular, ni quebrantan los enemigos del alma, ni sujetan las pasiones, ni allanan las murallas de las dificultades; sólo hieren al aire.

Tampoco basta descender á cualesquiera particularidades, sino que es necesario fijarnos en aquella conclusión que nos conviene, y aplicar la verdad práctica á aquello que es causa de nuestros pecados y defectos, ó nos sirve de estorbo en el servicio divino, v. g., en el ejemplo propuesto, la conclusión general: *luego debe despreciarse todo el mundo; luego ni por todo el mundo debo hacer cosa que dañe á mi alma; luego vale más que se pierda el mundo que no que mi alma esté en peligro*. Estas conclusiones generales cada cual deberá aplicarlas á su estado ó necesidad particular. Los ambiciosos de vana gloria deben concluir así; «Si todo el mundo debe despreciarse, ¿cuánto más debo despreciar la gloria pueril que corrompe todas mis buenas obras, y causa á mi alma un daño gravísimo? Si tuviese toda la gloria del mundo, si me alabasen y ensalzasen todos los hombres, nada me serviría toda esta gloria; ¿cuánto menos me servirá, pues, que uno ú otro, ó esos pocos con quienes trato, me alaben y me aplaudan?» De este modo irá descendiendo á aquellas acciones que más á menudo inficcionan la vana gloria, y á aquellos pecados y defectos que comete por el mismo deseo de vanidad, como si á impulsos de la misma disimula alguna vez, excusa ó encubre sus imperfecciones hasta encarecerlas á veces con pretextos y mentiras. A estos casos