

vanas y locas; esto ocupa el lugar de las buenas impresiones y estorba que nuestra alma no se emplee en buenas inclinaciones. Así los antiguos nazarenos se abstenerían, no sólo de todo aquello que podía causarles embriaguez, sino también de las uvas y pámpanos; no porque la uva y el pámpano emborrache, sino por el peligro que había, comiendo el pámpano, de despertar el deseo de comer la uva, y comiendo la uva, de provocar el apetito á beber el mosto y el vino.

Los ciervos, hallándose cargados y repletos del demasiado pasto, se retiran y esconden en sus guaridas, conociendo serles la gordura tan pesada, que no podrían usar de su veloz curso si acaso fuesen embestidos. Así el corazón del hombre, cargándose destas aficiones inútiles, supérfluas y peligrosas, es cierto que no puede pronta, ligera y fácilmente correr á su Dios, que es el verdadero punto de la devoción. Los niños pequeños se aficionan y corren tras las mariposas; cosa que nadie tiene por mala viendo que son niños; pero es cosa ridícula y aun lamentable el ver á hombres ya hechos darse y aficionarse á cosas tan indignas de madurez como las cosas que he nombrado; las cuales, fuera de su vileza, nos ponen en peligro de desreglarnos y desordenarnos en su alcance.

Por esta razón te digo, querida Filotea, que es necesario purgarte destas aficiones; que aunque los actos no sean siempre contrarios á la devoción, con todo eso, las aficiones le son siempre dañosas.

CAPÍTULO V.

QUE SE HA DE PURGAR DE LAS MALAS INCLINACIONES.

Aun tenemos, Filotea, ciertas inclinaciones naturales, las cuales, por no haber tomado su origen de nuestros pecados particulares, no son propiamente pecados, ni mortales ni veniales, mas llámanse imperfecciones, y sus actos defectos y faltas. Por ejemplo, santa Paulina, según recita san Jerónimo, tenía una grande inclinación á las tristezas y melancolias, y en la muerte de sus hijos y marido fué tanta su tristeza y sentimiento, que hubo de morir de pena. Esta era imperfección,

y no pecado, por cuanto obraba contra su voluntad. Hay algunos que de su natural son fáciles, otros tardíos, otros duros en recibir las opiniones ajenas, otros inclinados á la indignación, otros á la cólera, otros al amor; y en suma, se hallan muy pocas personas en las cuales no se pueda señalar alguna suerte de imperfecciones. Y aunque estas sean como propias y naturales á cada uno, si es que por el cuidado y afición contraria se pueden corregir y moderar, también se podrán desechar y despedir, y aun es necesario, Filotea, que lo hagas. Si se ha hallado el modo de trocar los almendros amargos en almendros dulces sólo con agujerarle el pié, para que por allí salga el humor, ¿por qué no podemos nosotros hacer salir nuestras inclinaciones perversas, para que así nos mejoremos? No hay natural tan bueno, que no pueda malearse con costumbres viciosas, ni hay tampoco natural tan arisco y malo, que por la gracia de Dios primeramente, y después por la industria y diligencia, no pueda domarse y vencerse. Quiero comenzar pues á darte avisos y proponerte ejercicios, por cuyo medio purgarás tu alma de la afición que á los pecados veniales tienes, de todas aficiones peligrosas y de las imperfecciones; y así asegurarás de más en más tu conciencia de pecado mortal. Déte Dios la gracia para bien practicarlos.

SEGUNDA PARTE DE LA INTRODUCCION,

LA CUAL CONTIENE DIVERSOS AVISOS PARA LEVANTAR
EL ALMA Á DIOS POR LA ORACION Y SACRAMENTOS.

CAPÍTULO PRIMERO.

DE LA NECESIDAD DE LA ORACION.

1. La oración pone nuestro entendimiento en la claridad y luz divina, y expone nuestra voluntad al calor del amor celeste; no hay cosa que limpie tanto nuestro entendimiento de sus

ignorancias, y nuestra voluntad de sus depravadas aficiones. Es el agua de bendicion, que con su rocío hace reverdecer y florecer las plantas de nuestros buenos deseos, lava nuestra alma de sus imperfecciones, y mata al corazón la sed de sus pasiones.

2. Mas sobre todo te aconsejo la mental y cordial, y particularmente la que se hace á la vida y muerte de nuestro Señor. Mirándole á menudo por medio de la meditacion, toda tu alma se llenará dél; aprenderás de su doctrina, y formarás tus acciones al modelo de las suyas; y pues es la luz del mundo, en él, con él y por él hemos de recibir gracia y luz. Es el árbol del deseo, á cuya sombra nos debemos alentar y refrescar. Es la viva fuente de Jacob, donde hemos de lavar todas nuestras manchas. En fin, los niños, á puro oír las madres y gorjear con ellas, aprenden á hablar su lengua; así nosotros, morando con nuestro Salvador por la meditacion, y observando sus palabras, sus acciones y sus aficiones, aprendemos, mediante su gracia, á hablar, querer y hacer como él. Esto es bien consideres, Filotea; y créeme, que no podremos ir á Dios Padre sino por esta puerta; porque de la misma manera que la luna de un espejo no podría detener nuestra vista si no estuviese por detras cubierta de estaño ó plomo, así tambien la divinidad no podría ser bien contemplada de nosotros en este mundo inferior, si no estuviera junta á la sagrada humanidad del Salvador, cuya vida y muerte son el objeto más proporcionado, saludable, regalado y provechoso de cuantos podemos escoger, para nuestra meditacion ordinaria. No en balde se llama el Salvador « Pan bajado del cielo »; porque así como el pan se ha de comer con todas suertes de viandas, así el Salvador debe ser meditado, considerado y requerido en todas nuestras oraciones y acciones. Su vida y muerte está dispuesta y distribuida en diversos puntos (para mejor servir á la meditacion), por diversos autores. De los que te aconsejo que uses son san Buenaventura, Belintano, Bruno, Capella, Granada, Puente.

3. Emplea cada dia una hora ántes de comer, si pudieres; y esto luego que te levantes, porque entónces tendrás el espíritu ménos embarazado y con más sosiego, por seguir al reposo de la noche. No emplees tampoco más de una hora si tu padre espiritual expresamente no te lo mandare.

4. Si puedes hacer este ejercicio en la iglesia, y hallas en ella bastante sosiego, te será una cosa fácil y cómoda, porque ni padre ni madre, ni mujer ni marido, ni otro alguno te podrá con justa razon estorbar el quedarte una hora en el templo de Dios; y estando á la sujecion de alguno, por ventura no podrás en tu casa alcanzar esta hora libre.

5. Comienza toda suerte de oracion (sea mental sea vocal) por la presencia de Dios, y ten esta regla por sin excepcion, y verás en poco tiempo cuán provechosa vendrá á serte.

6. Si me crees, dirás tu Padre nuestro, tu Ave Maria y el Credo en latin; pero entendiendo las palabras que contienen en tu vulgar: porque diciéndolas en la lengua comun de la Iglesia, puedas tambien saborear y gustar del sentido admirable y regalado destas santas oraciones. Las cuales se han de decir fijando profundamente tu pensamiento, y excitando tu aficion al sentido dellas; no dándote de ninguna manera priesa por decir muchas, sino procurando que las que dijeres sean de corazón: porque un solo *Pater noster*, dicho con sentimiento, vale más que muchos dichos aprisa y no sentidos.

7. El rosario es una muy útil manera de rezar, sabiéndole decir como conviene; y para esto tendrás algun librito de los que enseñan á rezarle. Tambien es bueno el decir las letanias de nuestro Señor, de nuestra Señora y de los santos, y todas las otras oraciones vocales que están en el *Manual* y *Horas* aprobadas. Y esto se entiende con condicion que si gozas el don de la oracion mental, la guardes siempre el principal lugar; y esto de suerte que si despues della, ó por los muchos negocios ó por alguna otra razon, no puedes usar de la oracion vocal, no por eso tomes cuidado, contentándote con decir simplemente, ántes ó despues de la meditacion, la oracion dominical, la salutacion angélica y el símbolo de los apóstoles.

8. Si haciendo la oracion vocal sientes tu corazón arrebatado ó convidado á la oracion interior ó mental, no huyas el entrar en ella, sino ántes procura que tu espíritu ejecute lo que en esta parte desea: y no se te dé nada de no haber acabado las oraciones vocales que habias propuesto; porque la mental, que en su lugar harás, es más agradable á Dios y más útil á tu alma; pero entiéndese haciendo excepcion del oficio eclesiás-

tico cuando hay obligacion de decirle, porque, en este caso, ántes se ha de cumplir con lo preciso.

9. Si sucediese pasársete toda la mañana sin este ejercicio sagrado de la mental oracion, ó por los muchos negocios ó por otra causa (procurando cuanto te sea posible no ocupar este tiempo en otra cosa), procurarás reparar esta falta despues de comer en alguna hora, la más apartada de la comida, porque haciendo esto despues della, ántes que la digestion esté muy adelantada, te sobrevendria alguna debilidad, la cual interesaria tu salud.

Y si en todo el dia no pudieres hacer este ejercicio, repararás esta pérdida multiplicando las oraciones ordinarias, y leyendo en algun libro de devocion con alguna penitencia que supla esta falta; y con esto resuelve el enmendarte el dia siguiente, y continuar tu ejercicio devoto.

CAPÍTULO II.

DEL RETRETE ESPIRITUAL.

Aquí es, querida Filotea, donde con aficionado deseo debes seguir mi consejo, porque en este artículo consiste uno de los más seguros medios de tu adelantamiento perpétuo.

Llama á tu espíritu las más veces que pudieres al dia, á la presencia de Dios por uno de los cuatro modos que ya te he dicho; y mira lo que hace Dios y lo que tú haces, verás sus ojos vueltos á tu lado, y perpétuamente fijos en ti con un amor incomparable. Dirás pues: ¡Ó Dios mio! ¿por qué no te miro yo siempre como tú siempre me miras? ¿Por qué piensas, Señor mio, en mí tan á menudo; y por qué pienso yo en ti tan pocas veces? ¿Dónde estamos pues, ó alma mia? Nuestro verdadero lugar es Dios; ¿dónde pues nos hallamos?

Como los pájaros hacen sus nidos sobre los árboles, donde cuando han menester hallan su retirada; y los ciervos tienen sus matas y sus fuertes, en los cuales recelosos se encaman y cubren, gozando el fresco de la sombra en verano; así, Filotea, nuestros corazones deben tomar y escoger cada dia algun puesto (ó sobre el monte Calvario ó, en las llagas de nuestro

Señor, ó en otro lugar cerca dél), para nuestras retiradas en cualquier suerte de ocasiones, y allí consolarnos y recrearnos entre los negocios exteriores, estando allí como en un fuerte, de donde se defenderá de las tentaciones. Dichosa será el alma que podrá decir con verdad á nuestro Señor: «Tú, Señor, eres mi casa de refugio, mi muralla segura, mi techo contra el agua y mi sombra contra el calor.»

Acuérdate pues, Filotea, de retirarte muchas veces á la soledad de tu corazon, miéntras que corporalmente estás en medio las conversaciones y negocios; que esta soledad mental de ninguna manera puede ser impedida por la muchedumbre de los que tienes presentes, porque estos no están al rededor de tu corazon, sino sólo de tu cuerpo. Procurarás pues que tu corazon sólo esté en la presencia de Dios solo. Este era el ejercicio que hacia el rey David en medio de tantas ocupaciones como tenia, como vemos en mil pasos de sus psalmos. «¡Ó Señor! siempre estoy contigo; yo siempre veo á mi Dios delante de mí: mis ojos he levantado á ti, ó Dios mio, que habitas en el cielo; mis ojos están siempre en Dios.»

Tambien las consideraciones no son de ordinario de tanta importancia, que no se pueda á tiempos retirar el corazon á esta divina soledad.

El padre y madre de santa Catalina de Sena, habiéndola quitado todas las comodidades, como lugar y tiempo para rezar y meditar en nuestro Señor, la inspiró hiciese un interior oratorio en su espíritu; dentro del cual retirándose mentalmente, ejercitaba en medio de los negocios exteriores esta santa y cordial soledad. Y cuando el mundo despues la perseguia ó tentaba, no por eso recibia ninguna incomodidad; y esto decia que era porque en tales ocasiones se encerraba en el camarín interior de su entendimiento, donde se consolaba con su celeste Esposo. Y así, desde entónces aconsejaba á sus hijos espirituales hiciesen un aposento en su corazon, donde pudiesen vivir seguros.

Retira pues á veces tu espíritu á tu corazon, donde separado de todos los hombres, puedas tratar cordialmente de tu alma con tu Dios, diciendo con David: «Yo he velado y he sido semejante al pelicano de la soledad, y me he hecho como el buho en el domicilio y como el pájaro solitario en el tejado.»

Las cuales palabras, fuera de su sentido literal (que atestigua cómo este gran rey reservaba algunas horas á la soledad en la contemplacion de las cosas espirituales), nos muestran en su sentido místico tres excelentísimas retiradas, y como tres ermitas, en las cuales podemos ejercer nuestra soledad á la imitacion de nuestro Salvador: el cual en el monte Calvario fué como el pelicano de la soledad, que con su sangre da vida á sus polluelos muertos; en su natiuidad en un pesebre desierto, fué como el buho en el domicilio, plañendo y llorando nuestras faltas y pecados; en el dia de su ascension fué como el pájaro, retirándose y volando al cielo, que es como techo del mundo: y en todos estos tres lugares podemos hacer nuestras retiradas en medio la confusion de los negocios. El bienaventurado Elizario, conde de Arian, en Provenza, habiendo estado mucho tiempo ausente de su devota y casta Delfina, ella le envió un correo para que la trajese nuevas ciertas de la salud de su esposo, y él respondió: « Yo estoy bueno, mi amada compañía; y si me quisiéredes ver, buscadme en la llaga del lado de nuestro dulce Jesus, porque allí es donde yo habito y donde vos me hallaréis; y en otra parte será buscarme en vano. » Con razon se podia llamar á este caballero cristiano.

CAPÍTULO III.

DE LA FRECUENTE COMUNION.

Dicen que Mitridates, rey de Ponto, habiendo inventado el mitridático, reforzó con él de manera su cuerpo, que procurando despues con muchas veras emponzoñarse (por no sujetarse al romano yugo), jamás le fué posible.

El Salvador ha instituido el sacramento de la Eucaristía, que contiene realmente su carne y su sangre, para que quien le come viva eternamente. Por esto cualquiera que le usa á menudo y con devocion fortalece de manera la salud y la vida de su alma, que es casi imposible sea emponzoñado de ninguna suerte de mala aficion ó depravado intento. No podemos ser sustentados desta carne de vida y vivir de aficiones y deseos de muerte. Así como los hombres, viviendo en el paraíso

terrestre, no podian morir segun el cuerpo; por la fuerza de aquel fruto vital que Dios habia puesto en él; así pueden tambien no morir espiritualmente, por la virtud deste sacramento de vida: que si las frutas más tiernas y sujetas á corrupcion, como son las cerezas, los albricoques y las fresas, se conservan fácilmente todo el año estando en conserva de azúcar ó miel, no es de maravillar si nuestros corazones, aunque frágiles y débiles, se preservan de la corrupcion del pecado, estando en el dulce azúcar y miel de la incorruptible carne y sangre del Hijo de Dios. Ó Filotea, los cristianos que se condenarán, se hallarán sin réplica cuando el justo Juez les mostrará cuán sin razon murieron espiritualmente, siéndoles tan fácil el mantenerse en vida y salud por el alimento de su cuerpo, el cual les dejó á este fin. « Miserables (dirá), ¿por qué os habéis muerto, teniendo á vuestro mandado el fruto y la vianda de vida? »

El recibir la comunion de la Eucaristía todos los dias, ni yo lo alabo, ni tampoco lo vitupero; mas el comulgarse todos los domingos, yo lo exhorto y aconsejo á cualquiera: y esto se entiende llegando á tener el espíritu sin ninguna gana y aficion de pecar. Estas son las propias palabras de san Agustin, con el cual ni vitupero ni alabo absolutamente el comulgarse cada dia, sino ántes de dejar esto á la discrecion del padre espiritual del que se querrá resolver sobre este punto; porque la disposicion necesaria para una tan frecuente comunion, ántes de ser muy exquisita, no es bien ni se puede aconsejar generalmente; y por cuanto esta disposicion, aunque exquisita, se puede hallar en muchas buenas almas, tampoco se puede divertir ni disuadir en general, ántes esto se debe tratar por la consideracion del estado interior de cada uno en particular. Imprudencia sería el aconsejar indistintamente á todos este tan frecuente uso; pero tambien sería imprudencia el injuriar por usarle á alguno, y más cuando sigue el aviso ó parecer de su confesor. La respuesta de santa Catalina de Sena fué graciosa, cuando diciéndola (por verla comulgar tan á menudo) que san Agustin no alababa ni vituperaba el comulgarse todos los dias, respondió: « Pues san Agustin no lo vitupera, ruégoos no lo vituperéis vosotros tampoco, y con eso estaré contenta. »

Hallarás con todo esto otros muchos legítimos embarazos,

no de tu parte, sino de aquellos con quien tratas y vives, que darán ocasion á tu confesor para que te diga no comulgues tan á menudo. Por ejemplo : si tú te hallas debajo de alguna sujecion, y que aquellos á quien debes la obediencia y reverencia son tan mal instruidos y sospechosos, que se inquietan y alborotan en verte comulgar tan a menudo ; por ventura, considerado bien, será lo mejor condescender con su gusto, y no comulgar sino de quince en quince dias, entendiendo esto en caso que no se pueda de ninguna manera vencer la dificultad. No se puede quitar esto en general ; sólo se ha de hacer lo que el confesor aconsejare. Bien es verdad que puedo asegurar que la mayor distancia de las comuniones es la de mes á mes entre los que quieren servir á Dios devotamente.

Si fueres prudente, no hay ni padre ni madre que puedan estorbarte el comulgar á menudo ; y esto porque el dia de tu comunion no por eso te olvidas del cuidado ordinario de tus obligaciones segun tu estado, mostrándote ántes más apacible y afable con tus padres, superiores ó amos, no rehusándoles ninguna suerte de justa peticion que te hagan. Con lo cual, no hay apariéncia de que quieran apartarte de ejercicio tan virtuoso, viendo que no les trae ninguna incomodidad ; sino es que fuesen de un natural por extremo áspero y poco llegado á razon ; y en este caso (como ya te he dicho) aconsejaráste siempre con tu padre espiritual, tomando tu resolucion de la que él te diere.

Habré de decir una palabra á los casados. Hallaba Dios malo en la ley vieja que los acreedores pidiesen lo que se les debia en los dias de fiesta ; pero no hallaba malo que los deudores pagasen y volviesen lo que debian á sus acreedores. Cosa es indecente (aunque no gran pecado) el solicitar la paga de la deuda nupcial el dia que se comulga, pero no es cosa mal sonante, ántes meritoria el cumplirla ; y así por esto, ninguno debe dejar de comulgar porque rinda la paga de la tal deuda, si la devocion le provoca á este justo deseo. En la primera iglesia los cristianos comulgaban todos los dias, aunque fuesen casados y benditos de la generacion de los hijos. Por esto pues he dicho que la frecuente comunion no traerá ninguna suerte de incomodidad ni á los padres ni á las mujeres ni á los maridos, con que el alma que comulga sea prudente y discreta.

Cuanto á las enfermedades corporales no hay ninguna que pueda estorbar legitimamente esta santa participacion, sino es la que muy de ordinario provoca al vómito.

Para comulgarse cada ocho dias conviene no tener ni pecado mortal ni ninguna aficion al pecado venial, y tener un gran deseo de la comunion ; mas para la continuacion de cada dia es menester, ademas desto, haber rendido la mayor parte de las malas inclinaciones, y que esto sea (como tengo dicho) por el aviso del padre espiritual.

TERCERA PARTE DE LA INTRODUCCION,

EN LA CUAL SE CONTIENEN MUCHOS AVISOS NECESARIOS AL EJERCICIO DE LAS VIRTUDES.

CAPÍTULO PRIMERO.

DE LA ELECCION QUE SE DEBE HACER CUANTO AL EJERCICIO DE LAS VIRTUDES.

El rey de las abejas no se sienta en los campos si no está rodeado de todo su pequeño pueblo. Así la caridad no entra jamas en un corazon que no aloje consigo todo el acompañamiento de las otras virtudes, ejercitándolas y poniéndolas en obra, como hace un capitan á sus soldados ; pero no las ejercita todas de una vez ni igualmente, ni en todos tiempos ni en todos lugares. El justo es como el árbol que está plantado sobre la corriente de las aguas, el cual da su fruto á su tiempo, por cuanto la caridad, regando un alma, produce en ella las obras virtuosas, cada una en su sazon. La música (aunque en sí tan agradable) es importuna y enfadosa en un luto ó entierro, dice el proverbio. Es una gran falta en muchos, que aplicándose al ejercicio de alguna virtud particular, porfian en cualquier tiempo y ocasion que las acciones no salgan nada de aquello que desean, como aquellos antiguos filósofos, que