

pudiendo el que medita insistir en aquellos que le causen mayor impresión y le muevan más. Dos cosas generales deben siempre tenerse presentes: primera, el mal espiritual que he de evitar; segunda, el bien que he de conseguir para mí y para los demás; porque escrito está, *que aborrece su alma quien ama la iniquidad; y que es dichosa el alma de aquel que teme á Dios, y prosperará en todas sus obras.*

lo agradable,

Lo agradable dirémos que es considerar la satisfacción que nos ha de caber, si observamos la doctrina meditada. No es triste la vida llevada conforme á la divina voluntad; y si en este valle de lágrimas hay algún tanto de verdadero gozo, lo tiene ciertamente el alma que sirve con diligencia á Dios. *Israel, si hubieses atendido mis mandatos tu paz hubiera sido como la mansa corriente de un río, y como las olas del mar tus alegrías.* Por el con-

trario, á los impíos: *la infelicidad y el arrepentimiento se hallan en sus caminos y no han conocido la senda de la paz.* Estos y otros semejantes pueden proponerse al espíritu como motivos sólidos para seguir y adelantar en la virtud, y son tanto más seguros, en cuanto vienen confirmados por la experiencia de todos los santos.

Lo fácil. Si nuestro Señor Jesucristo afirma que es suave su yugo y ligera su carga, y promete la tranquilidad y paz del alma á todos los que los toman sobre sí, es ciertamente infalible esta palabra; y yo mismo experimentaré la verdad tomando sobre mí el yugo de Dios (1), que es la ley evangélica, procurando cumplirla puntualmente, esto es, llevar realmente el yugo y cargarlo sobre los hombros.

lo fácil,

(1) *Tomad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí que soy manso y humilde de corazón: hé aquí las condiciones... Y hallaréis la paz para vuestras almas, porque es suave mi yugo y mi carga ligera: hé aquí la promesa...*

No hallarán la carga ligera y sucumbirán los que quieran llevarla como con una mano, tratando de observar algunos, no todos los precepto. Si alguno, pues, siente pesada esta carga del Señor, es porque no quiere llevarla toda sobre sí, y porque no es manso y humilde de corazón, como lo ordena el Señor. Sus mandatos no son pesados ni graves. *Hemos andado caminos difíciles*, dicen los impíos y *nos hemos fatigado corriendo por las sendas de la iniquidad*. Estas observaciones pueden aplicarse con toda verdad á los religiosos que no tienen el espíritu de su vocación, y carecen del de humildad y obediencia. Más molesto es fomentar la soberbia en el corazón é imponer tenazmente la propia voluntad, que renunciar estos vicios, con cuya abnegación debilitamos y matamos aquellas serpientes que se nutren dentro de nosotros y son causa de todas las tristezas y penas inte-

riores, mordiéndonos y atormentándonos á la primera contrariedad. Y ¿qué será si consideramos la gloria celestial? ¡Cuán fáciles deben parecernos las virtudes que nos alcanzan un premio eterno! *Ligera es cualquier carga que llevo, atendido el gran bien que espero*, decía el seráfico Padre san Francisco. Figurémonos, pues, estos y otros semejantes objetos, si nos espantan las dificultades del camino espiritual; si bien á las almas generosas antes les sirven de estímulo los mismos obstáculos para acometer con ardor cualquier empresa, siendo para ellas motivo de placer la mayor dificultad en el obrar y la más grave molestia en el sufrir, cuando obran y sufren por Aquel que tanto hizo y padeció por ellas, que merece ser amado con infinito amor en tanto grado que hasta muriendo mil veces debe creerse, y con razón, que se ha hecho poco en su obsequio.

lo necesari-
rio.

Lo necesario comprende las graves causas por las cuales deberíamos observar puntualmente las resoluciones tomadas, por más que no fuesen útiles ni agradables, y por más que las hallásemos muy difíciles. «Si no observo esta doctrina seré infeliz, ó por lo menos quedará expuesto á gravísimos peligros. No es indiferente hacer ú omitir aquello que he resuelto, antes es indispensable llevarlo á cabo. Érale preciso á san Pablo ser un apóstol lleno de celo, como él mismo lo dice con estas palabras: *me apremia la necesidad de evangelizar, y ¡ay de mí, si no lo hiciera!* Del propio modo debo decirme á mí mismo: ¡ay de mí si no soy humilde! ¡ay de mí si no soy obediente! ¡ay si no desprecio las vanidades del mundo! ¡ay si no me mortifico! y ¡ay si no aspiro seriamente á la perfección! estos son los deberes que me impone mi vocación y mi estado; y si no procuro cumplirlos, no

me salvaré, ó por lo menos me expondré á grave riesgo de perdición. No hay medio: si quiero ser cristiano, debo ser fiel, debo ser perfecto; no me basta decir que es bueno observar las reglas de perfección evangélica, pensando que puedo impunemente no guardarlas ó descuidarlas, por el contrario, tengo absoluta necesidad de observarlas y cumplirlas, de otra suerte no puedo darme por seguro, y entonces ¡ay de mí! No hago merced á Dios sirviéndole religiosamente y con fidelidad; áun entonces soy siervo inútil, cumplo únicamente lo que debo, al paso que le hago agravio si no le sirvo religiosa y fielmente. Este motivo de necesidad tiene una razón poderosa hasta en aquellas cosas que parecen de más encumbrada perfección, si llego á conocerlas, y Dios me impele á observarlas; pues ser infiel en ellas y sordo al llamamiento de Dios, puede acarrear-me

grandes males, y el mayor de todos, que Dios me deje y abandone como infiel y desobediente.

Este motivo, que tiene siempre gran fuerza para determinar nuestra voluntad, debe emplearse singularmente en aquellas cosas que nos parecen más difíciles, y cuando el ánimo se halla entumecido por la pereza y espantado por las dificultades: en tales circunstancias principalmente debemos estimular y aguijonear el alma, por decirlo así, proponiéndonos las penas con que castiga Dios en el purgatorio y en el infierno, las amenazas de Dios mismo contra los tibios, á quienes arrojará de su boca, y los horrores de la muerte y del juicio.

Hé aquí, pues, como debe contestarse la pregunta sobre los motivos que nos inducen á observar aquella doctrina práctica. Y es necesario meditarla con mucha detención, para que nuestra virtud no sea una vir-

tud casual y dependiente de circunstancias, sino una virtud sólida, apoyada en motivos fijos, de orden sobrenatural, bien conocidos y apreciados por el entendimiento. Creemos innecesario poner ejemplos en esta parte, pues la detenida explicación que dejamos hecha, basta para que de la doctrina sentada podamos hacer aplicación á varias materias. Sigue ahora la explicación de la otra pregunta.

¿Cómo he observado hasta ahora esta doctrina?

En este lugar comenzamos una especie de examen preguntando á nuestra conciencia, cómo nos hemos portado hasta ahora respecto de la verdad que meditamos, dando gracias á Dios si hemos obrado conforme á ella, ó llenándonos, en otro caso, de íntima confusión y vergüenza, y miran-

Examen
del propio
estado.

do para el porvenir. Ni es cosa de creerlo con facilidad, aunque nos parezca haber observado bien la doctrina explicada; porque en esto suele engañarnos el amor propio y el escaso conocimiento de nosotros mismos, haciéndonos creer que hemos alcanzado alguna virtud, pensamiento para nosotros harto halagüeño. Acontece esto frecuentemente á los principiantes que, creyendo haber adquirido bastante luz acerca de alguna doctrina práctica, se persuaden porque han divisado las razones y motivos de aquella, de que la han conseguido ya, interin no se presenta ocasión de aplicarla; siendo así que están muy distantes de poseerla, como á menudo se lo enseña, con grave daño, una triste experiencia. Debemos, pues, procurar siempre nuestra humillación y confusión, condenándonos por no haber observado aquella doctrina ó por haberlo hecho con sobrada im-

Procurar
la propia
humillación,

perfección y de una manera muy distinta de la que de nosotros exigían las gracias recibidas de Dios. Será también oportuno examinar aquí las ocasiones y casos particulares, por los cuales se conoce principalmente el hábito de nuestra virtud ó de nuestros vicios. Si alguno se pregunta en general, si ha despreciado el mundo, ó si actualmente lo desprecia, tal vez creerá poderse responder afirmativamente; pero examine los sentimientos que en él mismo causan las bur-las, los desprecios, las humillaciones, el verse tratado con menos afabilidad, y el oír que le echan en cara y reprehenden sus defectos; y entonces se juzgará tal vez de muy diversa manera y deberá confesarse vanidoso y apegado al mundo, al que por consecuencia no desprecia como creía; y tal vez lo propio sucederá cuando, por el contrario, examine su comportamiento en los sucesos prósperos, lo

bajando á
casos par-
ticulares.

que siente cuando le alaban ó cuando recibe señales de estimación, etc.; y ve que en estas circunstancias experimenta satisfacción y complacencia interior, esté cierto que todavía no desprecia al mundo. De la misma manera podrá discurrir sobre la sensualidad y regalo del cuerpo, sobre las riquezas y bienes temporales y, en una palabra, sobre todas las virtudes y vicios. Si nos contentamos con un examen general y de pura teoría, creéremos engañosamente haber vencido los vicios y alcanzado las virtudes; pero al descender al examen más particular y minucioso, nos hallaremos muy distantes de aquellos bienes. Así que el fruto que singularmente debemos proponernos en esta pregunta, es nuestro sincero conocimiento delante de Dios, para que así nos humillemos profundamente ante su divina Majestad, reprimiéndonos y condenándonos á nosotros mismos.

¿Qué he de hacer en adelante?

En esta parte el entendimiento debe averiguar y formar los buenos propósitos que debe abrazar luego la voluntad. También aquí es preciso bajar á casos particulares, singularmente á los que parecen ofrecer mayor dificultad, á los que suceden con más frecuencia y ante todo á los que ocurran ó puedan ocurrir en el mismo día, discuriendo como deberémos portarnos en ellos para obrar conforme á la verdad conocida. Y no será fuera de propósito recordar otra vez los motivos antes considerados, para que se preste más fácilmente la voluntad y se inflame para la consecución de una gloriosa victoria. Creemos poder omitir ejemplos, porque con lo dicho antes la materia se presenta bastante inteligible.

¿Qué debo hacer en adelante?

¿Qué impedimentos debo remover? ¿Qué medios debo elegir?

¿Qué me ha impedido hasta ahora de observar esta doctrina? ¿Qué podrá ayudarme para guardarla mejor en lo sucesivo? Difícil es en esta parte dar preceptos generales, por que los impedimentos y los medios cambian según la diversidad de la materia sobre que se medita, y más todavía según la diversa índole de la persona que medita. Cada cual, pues consideradas las ocasiones en que suele incurrir en los defectos ó pecados objeto de la meditación, deberá averiguar diligentemente, ¿de dónde proviene este abuso? ¿qué le induce á cometerlo? Ni debe atribuirse todo á la ocasión; ciertamente en los pecados indeliberados, en los actos de sorpresa, debemos principalmente atender á las ocasiones para evitarlas; y

por esto advertimos que los propósitos para la enmienda de faltas indeliberadas y de pecados impensados, versan principalmente sobre las ocasiones que debemos evitar; mas en los pecados que tienen su origen en nuestras pasiones (excepto los de impureza que deben evitarse solo con la fuga) es tan necesario huir de las ocasiones, como velar sobre sí y vencerse animosamente. El iracundo, por ejemplo, no debe creer que sea obstáculo para la mansedumbre esta ó aquella persona que le molesta, este ó el otro suceso que le desagrade: pensarlo así fuera un error; esté persuadido de que él mismo es causa de sus defectos, de que en sí mismo, en su alma lleva la pasión, y de que ésta es la que debe mortificar, y no huir las ocasiones.

Los impedimentos generales son tres principalmente: la soberbia, la sensualidad y la disipación del ánimo:

Impedimentos y medios generales.

contra estos tenemos tres medios generales también, la humildad, la victoria de sí mismo, ó sea la mortificación, y el recogimiento, á las cuales pueden añadirse como apéndice la presencia de Dios, el uso de jaculatorias, el frecuente recuerdo de los motivos que hemos notado en la meditación, y por último, el prevenir cuidadosamente nuestro espíritu antes de entrar en las ocasiones, en las que solemos caer frecuentemente; siendo de advertir, que todos estos medios pueden comprenderse en uno de los tres generales que dejamos anunciados.

Basta lo dicho en general sobre los impedimentos y medios que respectivamente deben removerse ó adoptarse; por lo demás, cada cual podrá considerar atentamente, é implorando la luz de la divina gracia, lo que á él le sirve de estorbo, lo que podrá servirle de remedio; y sin duda lo cono-

cerá si le anima un buen deseo de aprovechar, puesto que le ilustrará la divina gracia, le darán consejos los superiores y directores, y se lo enseñará también la sana razón, ilustrada por la fe. Tales son las preguntas en que podrá ejercitarse el entendimiento: si lo hace seriamente, no le faltará materia sólida para meditar. Después de haber discurrido sobre una de las verdades deducidas de la meditación, pasará á la segunda y á la tercera, y después á las demás, repasándolas todas ó algunas de ellas.

3.º *Cómo debe aplicarse la voluntad.*

Los actos de la voluntad en la meditación, son dos: consiste el 1.º en excitar piadosos afectos, y el 2.º en formar buenas resoluciones ó propósitos; y tan esenciales son estos dos actos, que sin ellos la meditación no será oración, sino una mera especulación, un simple estudio.

Los actos de la voluntad son dos:

afectos y propósitos.

1.º AFECTOS

Deben excitarse afectos ¿Cuándo? durante toda la meditación.

Lo primero que debe hacer la voluntad, según hemos dicho, es excitar *afectos piadosos*, ó bien ejercitar ciertos movimientos ó actos internos de varias virtudes. Tales afectos debemos procurarlos en todo el curso de la meditación, y deben ser muy frecuentes como que de ellos depende principalmente que la meditación sea verdadera oración. El fuego de la gracia y del divino amor que debe siempre arder en nuestros corazones sobre todo se avivará en la meditación con las consideraciones que se van haciendo, que serán como nuevo combustible añadido para que se declare en amoroso incendio: *En mi meditación se avivará el fuego*. Si en la oración ocurre algún pensamiento de cosa maravillosa, cual lo son siempre las obras de Dios, de aquí nacerá en

la voluntad el afecto de admiración. Se nos presentan los beneficios divinos; de ellos resultan los afectos de alabanza, de acción de gracias y de amor. Se nos ofrecen los afectos de la ira divina ó de sus amenazas, y se siente entonces el temor; y así, según la materia, se experimentan distintos sentimientos. Cuando el que medita, recuerda sus pecados y sus miserias, no dejará de sentir afectos de humillación, de confusión, de dolor, de súplica, etc.

Si se nos pregunta el modo de excitar estos afectos, téngase entendido que no deben para ello buscarse palabras hermosas y estudiadas. Los afectos no están en la lengua sino en el corazón; no debemos tratar con Dios como con los hombres que no comprenden los sentimientos de nuestro corazón, si no los expresamos con palabras: *Cuando oreis*, dice nuestro señor Jesucristo, *no digais muchas pala-*

¿Cómo? no tanto con la boca como con el corazón.

bras, como los paganos que creen ser escuchados en su verbosidad. Este aviso del divino Maestro parece convenir especialmente á la oración mental. Hay quien juzga que no puede haber afectos sentidos, si no se expresan con hermosura y brillantez, como si se lograra el favor de Dios, con el peso de las palabras, como con ellas se logra el de los hombres. He aquí un error muy grave: el trato con Dios, dice san Agustín, *mejor se tiene con gemidos que con discursos*. Y si bien á menudo en los salmos y en otros pasajes de la sagrada Escritura se habla de los clamores dirigidos á Dios, se entienden regularmente no clamores de boca, sino de corazón, en cuanto son más ardientes los afectos. Sobre la materia habla larga y oportunamente, según costumbre, el P. Rodríguez, parte 1.^a, tratado 5.^o, cap. 12.—Bástanos decir aquí, que no debemos andar solícitos buscando palabras con

Sirven algunas palabras.

que expresar nuestros sentimientos; estos quedarán perfectamente expresados con el solo corazón, áun cuando no encontremos palabra alguna.—Es cierto que los afectos del corazón se fomentan y avivan cuando van expresados con palabras adecuadas; pero no es necesario que éstas sean muchas ni muy buscadas, antes tenemos por mejor que sean pocas y sencillas, repitiéndolas con frecuencia, y ponderándolas en nuestro espíritu.—Si para expresar el afecto ocurren palabras tomadas de la sagrada Escritura, ó de las oraciones que usa la Iglesia, ó de aquellas que se aplican para un objeto santo, en verdad serán estas las mejores, porque tienen una unión especial y deben serle á Dios más gratas. Manifestémoslo con ejemplos. Para expresar los afectos de gratitud movidos por la consideración de los divinos beneficios, ¿qué cosa más sencilla que decir con el Profeta: ¡Oh!

Ejemplo.

¿qué le daré al Señor por todo lo que me ha dado? Si entretanto recuerdo quién soy yo favorecido, y quién es Dios bienhechor; ¿qué cosa... diré entonces, podré dar... yo... al Señor por tantos y tan singulares beneficios que me ha dispensado? Y ponderando luego la grandeza de los mismos beneficios, fácilmente se podrá avivar el afecto, repitiendo atenta y pausadamente las mismas palabras: ¿Qué le daré yo al Señor por todo lo que me ha dado? Para fomentar el mismo afecto de gratitud sirven también excelentemente aquellas palabras del patriarca Jacob, que comprenden una hermosísima acción de gracias: Menor soy yo, Dios mío, que cualquiera de vuestras misericordias, pues expresan un reconocimiento íntimo de la propia vileza por el cual el hombre es indigno de que un Señor tan grande le mire siquiera, y comprenden además nuestra impotencia para dar gracias á Dios por la

menor de sus misericordias. Menores somos que cualquiera de las misericordias divinas. Distintos textos pueden aplicarse al mismo objeto, y si no ocurren otras palabras, podrás decir: ¡O Dios mío! os doy gracias; y esto, dicho de corazón, será un buen afecto de gratitud, porque escrito está, que Dios no mira las palabras, sino el corazón.—Al considerar la propia vileza y para excitar afectos de humildad, qué cosa más sencilla que decir: ¡O Señor! cierto que en todas partes soy indigno de parecer en vuestra presencia. Qué cosa más fácil recapacitando estas palabras, parecer en todas partes á la vista de Dios, que recordar los motivos por los que, siendo cual soy, verdaderamente debo reputarme indignísimo de parecer ante los ojos de Dios, y así por este medio sostener y avivar el afecto de humildad. Para este pueden asimismo servir, en concepto de san Ignacio, aquellas otras

Otro ejemplo.

palabras: ¡Qué soy en el cuerpo, *sino un saco de basura y manjar de gusanos; y qué soy en el alma, sino una llaga hedionda y llena de postema, de donde ha manado y mana todavía tanta podre de pecados; y estas fealdades las ofrezco siempre á los ojos de Dios! También podrán tomarse las palabras del Apocalipsis: ¡Oh! ¡en verdad soy infeliz, pobre, miserable, ciego y desnudo!—Y aun cuando no digas sino: ¡Oh cuán vil soy y abominable!* tendrás un afecto de humildad. No te pares en las palabras, procura sí que se interese el corazón.

Práctica
útil á este
propósito.

Con facilidad pudieran reunirse muchas sentencias breves, tomadas de la sagrada Escritura, de las colecciones ó preces que usa la Iglesia y de los dichos de los santos, para excitar varios afectos; y hasta pudiera cada cual buscarlas y hacérselas familiares, repitiéndolas con frecuencia en la oración, cuando trate de promover

el afecto que viene expresado en una sentencia dada. Y tal vez mejor las escogería cada uno de por sí que no las recibiría buscadas por otro, porque no todas mueven á todos igualmente, y algunos experimentan en algunas mayor afecto y gusto que en otras. Los que rezan con atención las oraciones vocales, y leen con cuidado las cosas espirituales, muy fácilmente sabrán reunir las sentencias que se desean, para repetirlas en la oración y excitar por este medio los afectos; lo que debe procurarse es, que sean breves, que se aprecie y pondere bien su fuerza y espíritu, y que se nos hagan familiares. Ejemplos de muchos santos confirman la utilidad de esta práctica.

No debemos omitir en este lugar una observación que recomienda el Padre san Ignacio, á saber, que cuando sentimos algún afecto, lo fomentemos cuanto podamos, sin afanarnos

Deben avi-
sarse los
afectos.

para pasar á otros puntos de la misma meditación hasta quedar satisfechos; por ejemplo, en el afecto de humildad y conocimiento de la propia vileza, deberemos repetir y ponderar la sentencia sobre expresada: *Verdaderamente soy en todas partes indigno de parecer en presencia de Dios, ú otra análoga*, hasta que con profundo convencimiento y gusto espiritual sintamos la propia indignidad y se encienda este afecto en nuestro corazón; pues aun sin hacer otra cosa durante la hora de la meditación, sería esta muy provechosa. — Cuando experimentamos que el sentimiento se debilita, pasaremos á otro punto de los que se hubiesen propuesto. — Los afectos que no tiendan á la humildad ó desprecio de sí mismo; v. gr. los de gozo, de confianza, etc., aun cuando puedan ser muy santos y provechosos, no obstante, como por ellos podemos sufrir más fácil ilusión, si

aconteciere que en los mismos nos fijásemos por largo rato ó consumiésemos á menudo la hora entera de la meditación, para acertar, debiéramos comunicarlo al director espiritual.

Toda la meditación debe estar, según hemos dicho, sembrada de afectos, ora apliquemos la memoria, ora el entendimiento; pues cualquiera, no olvidando lo que antes hemos dicho sobre la aplicación de las potencias indicadas, sin dificultad comprenderá que pueden naturalmente excitarse algunos afectos y aun, que puede ser conveniente el desarrollo de los mismos. El sentimiento de la fe, por lo menos, puede y hasta debe procurarse desde un principio, como lo manifestamos en su lugar, diciendo á este propósito *«creo, porque así lo enseña la fe»* ó bien, *«creo, porque Vos lo habeis dicho, ó Verdad eterna»* ó también, *«creo, Señor, porque Vos lo dijisteis, y no sois como los hombres que*

Aun aplicando la memoria pueden excitarse afectos.