

que el de palabra. Lee con atencion los capitulos 3º y 4º de la 4ª parte de la Filotea, que te comunicarán grande luz y consuelo.

NUMERO III.

Oracion.

1. **D**ebemos amar la meditacion, y emplearla frecuentemente en la pasion de Jesucristo, procurando sacar principalmente por fruto humildad, paciencia, y caridad.

2. Si en la meditacion, ó en el rezo de nuestras oraciones padecemos sequedad, no debemos turbarnos, ni pensar que Dios está enojado con nosotros; por el contrario, la oracion seca es, por lo comun, la mas meritoria. Nos agrada menos á nosotros; pero agrada mas á Dios, porque padecemos mas por su amor. Tengamos presente que Jesucristo mismo oró entre mortales agonias.

3. Te parecerá tal vez que estás en la iglesia, y en la oracion

como una estatua ó como un candelero; mas acuerdate que las estatuas sirven de adorno en las casas de los grandes, y los candeleros en el altar, y que al menos semejante destino puedes tú tener en la casa de Dios. Aun solo poder presentarse delante de su criador, sin hacer cosa alguna, es ya grande honor y felicidad para la criatura.

4. Cuando con advertencia y con malicia no admities actualmente las distracciones, no debes dedicarte á menudos ecsámenes sobre sus causas, para no inquietarte inutilmente. Vengan de donde vinieren, saca de ellas mas bien un nuevo mérito, poniendote enteramente en las manos de Dios. Preguntado una vez San Francisco de Sales como le iba en su oracion, respondió: „No os lo sabré decir, porque no pienso en eso. Recibo en paz lo que me envia el Señor. Si estoy consolado,

Beso la diestra de su misericordia; si estoy seco y distraído, beso la siniestra de su justicia." Este es el mejor metodo, porque como dice el mismo Santo: *Quien ama la oracion, debe amarla por amor de Dios, y quien la ama por amor de Dios, no quiere en ella mas, ni menos de lo que quiere Dios.* Pues lo que nos sucede en la oracion, eso es lo que quiere Dios.

5. El mismo Santo nos dá la siguiente instruccion, que debe tenerse muy presente. „Será tener bien la oracion el mismo hecho de mantenerse pacífica y tranquilamente en la presencia de nuestro Señor y delante de sus ojos, sin otra ansia ni pretension, que la de estar con su Magestad y darle gusto." Y en otra parte: „No te hagas fuerza á ti misma para hablar con el amor divino, porque ya le hablas bastante con solo mirarle y presentarte á su vista."

6. Otra doctrina importantísima del mismo santo: „Muchos no distinguen entre Dios y el sentimiento (ó percepción sensible) de Dios; entre la fé, y el sentimiento de la fé, lo cual es un gravísimo defecto. Les parece que cuando no sienten á Dios, no están en su presencia, y esto es una grande ignorancia; porque una persona que padece el martirio por amor de Dios, probablemente en el tormento no pensará en Dios, sino solo en sus dolores, y sin embargo aunque no tenga el sentimiento de la fé, no por eso deja de merecer en virtud de su primera resolucion, ni de ejercitar un acto de perfectísimo amor. Hay una gran diferencia entre estar en la presencia de Dios, y percibir sensiblemente, ó tener sentimiento de esta presencia." Hasta aqui el Santo.

7. Las oraciones vocales deben ser pocas, pero fervorosas. No es

el mucho alimento, sino el alimento bien digerido el que nutre y dá fuerzas. Vale mas un Padre nuestro, ó un salmo de los mas cortos, rezado con tranquilidad y con afecto, que muchos rosarios ú oficios rezados con inquietud y aceleracion.

8. Si cuando rezas oraciones vocales, que no sean de obligacion, te llama Dios á meditar, sigue su impulso, porque entonces mudas tus oraciones en cosa mejor y mas agradable á Dios.

9. Conviene entrar en la oracion con recogimiento, con paz, y sin ansia. Sobre esto escribia asi San Francisco de Sales á una alma justa, pero muy ansiosa. „La „grande ansia que teneis en la oracion de hallar algun objeto que conviene vuestro espíritu, es bastante „para que no halleis jamás lo que „buscáis. Cuando uno anda buscando con gran prisa y aceleracion

„una cosa que ha perdido, suele „ceder que la toca con sus manos „y la tiene delante de los ojos cien „véces y no lo advierte. De tal „ansia vana é inutil no puede re- „sultar otra cosa que una grande „fatiga de espíritu, y de esta una „grande frialdad y estupidez en el alma.” Así el Santo.

10. No canses jamás tu espíritu con demasiada oracion, sea vocal, ó mental. Cuando el alma siente tedio ó fatiga, conviene, si es posible, interrumpir ó suspender la oracion, y descansar un poco con otra ocupacion ó discurso, ú otro medio oportuno. Este es un excelente documento que dá Sto. Tomás (1) y los padres mas ilustrados de Dios, y que es necesario practicar constantemente. De la fatiga del espíritu resulta, como

(1) 2. 2. q. 83, art. 14. in corp.

ya vimos, tedio, frialdad, y estupidez en el alma.

11. Jamás repitas lo que reces, aunque te parezca que has rezado con distraccion. Son increíbles las angustias á que puede reducirte semejante costumbre, que por lo mismo debe prohibirse absolutamente. Hasta tener habitualmente deseo de estar recogido en la oracion. Dios premia el deseo igualmente que la obra, dice San Gregorio el grande, cuando la perfeccion de la obra no depende de nuestra voluntad. En las distracciones involuntarias nos quita Dios su presencia; pero no su amor. Santa Teresa en sus sequedades y distracciones solia decir. *Si no hago oracion, hago penitencia.* Pero yo añado: haces penitencia, y oracion: penitencia, por la afliccion que padeces en tu espiritu; y oracion, por el deseo que tienes de ella.

12. Tampoco debes repetir la oracion ó el rezo, aunque te ocurran pensamientos contra lo mismo que meditas ó rezas, ó contra Dios; al contrario, prosigue tranquilamente como si tal cosa no hubiera, sin responder cosa alguna á los perros infernales, que pueden ladrar, pero no morder. „El demonio, dice San Agustin, es un formidable gigante para quien le tiene miedo, y un niño sin fuerzas para quien le desprecia.”

13. Aunque se te pase todo el tiempo de la oracion en desechar tentaciones, y distracciones, sin lograr tener un buen pensamiento, te dice nuestro Santo que has tenido una oracion tanto mas meritoria, quanto mas dolorosa ha sido, la cual te ha hecho semejante á Jesucristo cuando oró en el huerto y en el calvario. „Acuérdate que siempre es mejor pan sin dulce, que dulce sin pan: que

debemos buscar al Dios de los consuelos, no á los consuelos de Dios: que para ser grandes en la pátria celestial, es necesario padecer en el desierto; que los trabajos mas grandes, y mas meritorios, son los del espíritu.”

14. Es necesario tener entendido que cuando en las santas escrituras se nos ordena la oracion continua, no se entiende la oracion actual, en la cual no puede estar continuamente ocupado el hombre viador; sino que se entiende el deseo de dar gloria á Dios en todas nuestras acciones, el cual debe ser permanente en nosotros. Y así dice San Agustin: (1) Si tu deseo es frecuente, es frecuente tu oracion; y si tu deseo es continuo, es continua tambien tu oracion.”

(1) Desiderium tuum oratio tua est, et si continuum desiderium, continua oratio; Quidquid aliud agas, si desideras, non intermittis orare In Ps. 37.

15. No deben omitirse las ocupaciones necesarias segun el estado de cada uno, para dedicarse á oraciones voluntarias. La ocupacion y el trabajo análogo al estado de cada uno, sirve de oracion, y alcanza las gracias convenientes que están prometidas á quien ora como es debido. Así lo enseña Santo Tomás. (1)

Y aun es mejor trabajar por amor de Dios, que emplearse en pensar en Dios, del modo que se hace en la oracion. (2) San Agustin sobre aquellas últimas palabras del salmo 34. *Y mi lengua meditará tu justicia, todo el dia tu alabanza,*

(1) Si vero id quod petitur est utile ad beatitudinem hominis. . . meretur illud non solum orando, sed etiam alia bona opera faciendo, et ideo indubitanter accipit quod petit. 2. 2. q. 83. art. 15. ad. 2.

(2) Tota die laudem tuam. . . Tota die Deum laudare quis durat? Suggero remedium. Quidquid egeris bene age, et laudasfi Deum. S. Aug. in Ps. 34 enarrat. 2.

dice: *¿Quién puede permanecer todo el día alabando á Dios? He aquí el medio: haz bien todo cuanto haces, y ya alabaste à Dios.*

16. Las que en todo caso debes frecuentar son las oraciones llamadas jaculatorias, que son unas brevísimas aspiraciones, é ímpetus amorosos que dirigen ácia Dios el alma. De esta clase de oraciones dice San Francisco de Sales, que suplen la falta de todas las otras, y que ninguna otra puede suplir la falta de estas.

17. Las jaculatorias pueden usarse en todo lugar, en todo tiempo, y en medio de cualquiera ocupacion. Como se toman los caramelos ó las pastillas aromáticas para encauzar la boca y confortar el estómago, así pueden usarse frecuentemente las jaculatorias para recrear el espíritu.

18. Los monges antiguos, de que habla San Agustin, no podian

ocuparse largo tiempo en la oracion, porque tenian que ganar su diario sustento con el trabajo de sus manos; pero el uso frecuente de las jaculatorias suplia en ellos la falta de las demás oraciones, y bien se podia afirmar de ellos que continuamente oraban, á pesar de que continuamente trabajaban.

19. Mucho deséo que hagas gran diligencia para frecuentar el uso de esta clase de oracion no menos importante que fácil, y que te será mas provechoso que el de muchas otras oraciones vocales, cuya multiplicacion mas bien suele servir de cansar el cuerpo, que de iluminar y avivar el espíritu.

20. Es aviso de Santa Teresa que al tiempo de la oracion esté el cuerpo en una postura cómoda, para que la mente no se distraiga de la aplicacion debida á Dios y á la oracion. No te empeñes pues en

estar largo tiempo de rodillas. Basta que el espíritu esté humillado delante de Dios con la debida reverencia, confianza y amor. 1493.

NUMERO IV.

Penitencia.

1. **T**res son, segun enseña Sto. Tomás, los ejercicios de la penitencia, ayuno, oracion y limosna asi corporal como espiritual. No debes por tanto creer que no haces penitencia, porque no afliges tu cuerpo, ni puedes hacer muchos ayunos. Los otros dos ejercicios, que son oracion y limosna, suplen esta obligacion del cristiano. Por otra parte, las leyes de Dios y de la Iglesia que prescriben el ayuno, no se dirigen á enfermar á los fieles, ni á impedirles las obligaciones propias de su estado.

2. El recibir con resignacion los trabajos, enfermedades, desgracias, y sequedades de espíritu es una clase de penitencia tanto mas agradable á Dios, quanto es menos elegida por nosotros. Dos clases hay de virtudes: unas consisten en obrar, y otras en padecer, y estas segundas son las mas estimables y menos espuestas á peligro: en lo que se hace, puede tener mucha parte la inclinacion natural, ó una traidora complacencia; pero no así en lo que se padece, principalmente cuando las penas no son elegidas por nosotros, sino que directamente nos vienen de Dios.

3. Enseña San Gerónimo que cuando el demonio no puede apartar á una alma de la virtud, procura inclinarla á usar de asperezas y penitencias excesivas, para que su ánimo se acobarde, y pierda la salud del cuerpo. En este

engaño han caido muchas almas virtuosas y santas.

4. Por lo mismo dice San Francisco de Sales: „Yo os exhorto á „cuidar de vuestra salud, porque „esta es la voluntad de Dios, y á „conservar vuestras fuerzas para „emplearlas á mayor gloria de Dios, „porque siempre es mejor que „abunden, que no el que falten las „fuerzas, porque una vez perdidas „es muy difícil recobrarlas.” Dá pues á tu cuerpo aquella cantidad de sustento y de bebida que es conveniente para conservar tu salud y tus fuerzas.

5 Cuenta Casiano y Sto. Tomás que San Antonio Abad en una famosa conferencia que tuvo con los monjes mas ilustres de Egipto, concluyó que la virtud mas necesaria es la *discrecion*, porque como la sal sazona todas las viandas, asi la discrecion arregla todas las virtudes. Muchos por haberse

olvidado de esta discrecion tan necesaria en sus ejercicios de devocion y de penitencia, en lugar de llegar á ser santos, llegaron á enfermarse, y abandonaron despues el camino de la perfeccion, creyendolo impracticable.

6. He aqui una bella y juiciosa reflexion de San Agustin, que puede servirte siempre de guia: „Nuestro cuerpo es un pobre enfermo encomendado á la caridad del alma, de la cual debe recibir la medicina conveniente. Sus enfermedades son tantas cuantas son sus necesidades. La hambre, la sed, el cansancio, todas son enfermedades del cuerpo, que debe aliviar el alma dentro de los límites de la razon y de la sobriedad.” Quien cumple con esto, llena uno de sus principales deberes, obedeciendo al criador directamente.

7. De esto se infiere que no deben indiscretamente seguirse cier-

tas máximas que se leen en muchos libros ascéticos, como por ejemplo esta: Que poco importa quitar diez ó quince años de vida, con tal que se salve el alma.

Es verdad que si se necesita para la salvacion del alma, debemos arrostrar con la muerte, aunque la hubieramos de padecer inmediatamente; pero *(asi como por este motivo general no podemos quitarnos la vida nosotros mismos de una vez,)* tampoco se debe elegir un método arbitrario de penitencias que directamente acorte la vida, porque como dice San Gerónimo, hay poca diferencia entre matarse de una vez, y matarse poco á poco, ó progresivamente. No somos dueños de nuestra vida, de nuestra salud, ni de nuestras fuerzas, sino solamente depositarios.

8 Los ejemplos de los Santos que practicaron penitencias extraordinarias, merecen nuestra admira-

eion; pero no nuestra imitacion. Debemos, dice Santa Francisca de Chantal, respetar todo lo que han hecho los Santos; pero no todo debemos imitarlo, ni querer como ellos vivir en las grutas espantosas de San Juan Climaco, ó colocarnos sobre altas columnas, como los Estilitas; ó mantenernos muchas semanas con sola la sagrada comunión, como Santa Catalina de Sena; ó no tomar mas que una onza de alimento al dia, como San Luis Gonzaga. El querer imitar á los Santos en las cosas extraordinarias, suele ser mas bien efecto de un secreto orgullo, que no de verdadera virtud.

NUMERO V.

Confesion.

1. **L**a confesion es un sacramento de misericordia. Debemos por lo mismo llegar á él con ánimo