

INTRODUCCIÓN

Cuaresma 2021 – (DÍA 1)

Meditaciones de San Alfonso María de Liguorio

Material extra (optativo)

Ofrecemos material extra, optativo, de San Alfonso María de Liguorio, tomado de uno de los dos libros que estamos escuchando en los audios.

†

QUIEN AMA A JESUCRISTO HUYE DE LA TIBIEZA Y BUSCA LOS MEDIOS PARA ALCANZAR LA PERFECCIÓN¹

El que ama a Jesucristo huye de la tibieza y busca la perfección. Los medios para llegar a ella son: 1° el deseo; 2° la resolución; 3° la oración mental; 4° la comunicación; 5° la súplica.

Caritas non agit perperam : La caridad no se pavonea. Explicando San Gregorio estas palabras: La caridad no se pavonea, dice que la caridad, deseosa de ir siempre adelante en el amor de Dios, no admite nada que no sea recto y santo². Que es lo que antes había escrito el Apóstol: Revestíos de la caridad, que es el vínculo de la perfección³. Y porque la caridad ama la perfección, despréndese de aquí que aborrece la tibieza con que sirven a Dios ciertas almas, con grave riesgo de perder la caridad, la gracia divina, el alma y todo.

DE LA TIBIEZA Importa, ante todo, señalar dos especies de tibieza, la una inevitable y la segunda que se puede evitar. La inevitable es aquella de la cual ni los santos se vieron exentos, y abarca todos los defectos que cometemos sin plena voluntad y tan sólo por nuestra frágil naturaleza, como las distracciones en la oración, las inquietudes interiores, las palabras inútiles, la curiosidad vana, los deseos de bien parecer, cierta sensualidad en el comer o en el beber, algunos movimientos de la concupiscencia no reprimidos al instante y cosas semejantes.

Defectos son éstos que debemos evitar en cuanto en nuestra mano esté; más, debido a nuestra flaca naturaleza, viciada por el pecado, es imposible evitarlos por completo. También debiéramos detestarlos una vez cometidos, porque no son del agrado de Dios; pero, como advertimos en el capítulo anterior, debemos guardarnos de caer por ello en turbación y desaliento, porque, como dice San Francisco de Sales,

¹ ALFONSO MARÍA DE LIGORIO, *Práctica de amor a Jesucristo*, Cap. 8.

«los pensamientos que nos angustian no vienen de Dios, que es príncipe de paz, sino que traen su origen o del demonio, o del amor propio, o de la estima que de nosotros mismos tenemos».

Estos pensamientos, pues, que nos inquietan, debemos luego rechazarlos, sin hacer caso de ellos. Dice el mismo Santo que los defectos indeliberados, así como se cometen indeliberadamente, involuntariamente se borran también con un solo acto de dolor o un acto de amor. La Venerable María del Crucificado, benedictina, vio en cierta ocasión un globo de fuego dentro del cual caían muchas pajas, y advirtió que todas quedaban reducidas a pavesas, y a la vez le fue dado a entender que un fervoroso acto de amor divino consume todas las imperfecciones que hay en el alma. El mismo efecto produce la sagrada comunión, según el Concilio de Trento, que llama a la Eucaristía remedio y medicina que nos libra de las culpas cotidianas. Aunque tales defectos no dejen de serlo, con todo, no impiden la perfección, es decir, el camino hacia la perfección, porque en esta vida miserable nadie puede llegar a la suma de la perfección, que se consigue solamente en la eterna bienaventuranza.

La tibieza, pues, que impide llegar a la perfección es la evitable, cuando se cae en pecados veniales deliberados, porque estos pecados, cometidos a cara descubierta, se podrían evitar perfectamente, ayudados de la divina gracia, aun en la vida presente. De aquí que Santa Teresa dijese: «Pecado muy de advertencia, por chico que sea, Dios nos libre de él.» Tales son, por ejemplo, las mentiras voluntarias, las murmuraciones leves, las imprecaciones, los resentimientos manifestados con la lengua, las burlas del prójimo, las palabras picantes, el alabarse y andar tras de la estima propia, los rencores y malquerencias abrigados en el corazón, la afición desordenada a personas de diverso sexo. «¡Oh –exclamaba Santa Teresa–, que quedan unos gusanos que no se dan a entender... hasta que nos han roído las virtudes!» Por lo que en otro lugar advierte: «Miren que por muy pequeñas cosas va el demonio barrenando agujeros por donde entren las muy grandes.»

Debemos, pues, temer cometer tales defectos deliberados, porque ponen a Dios como en la necesidad de privar al hombre de las divinas ilustraciones y del socorro de su mano poderosa y de sus más suaves y regalados consuelos espirituales; de aquí nace que el alma se da a las cosas espirituales con tedio y con trabajo, por lo que empieza por abandonar la oración, la comunión, las visitas al Santísimo Sacramento, las no-venas, y, finalmente, con toda facilidad lo dejará todo, como ha acontecido no raras veces a tantas desgraciadas almas.

Esto significa aquella amenaza del Señor a los tibios: ¡Ojalá fueras frío o caliente! Así, puesto que eres tibio, y ni caliente ni frío, estoy para vomitarte de mi boca. Cosa chocante, dice: ¡Ojalá fueras frío!; pues ¿qué? ¿Vale más ser frío, es decir, privado de la gracia, que tibio? Sí; en cierta manera, es preferible estar frío, porque el frío puede

fácilmente enmendarse, aguijonado por el torcedor de la conciencia, en tanto que en la tibieza se hacen las paces con los pecados, sin cuidarse ni pensar siquiera en mudar de vida, y por esto se da casi por desesperada su cura. «El que cayó del fervor en la tibieza – dice San Gregorio – está desesperado.» Decía el Venerable P. Luis de La Puente que él podía haber cometido innumerables defectos en su vida, pero que nunca había pactado con ellos.

Hay personas, al contrario, que capitulan con sus faltas, de donde procede su ruina, especialmente cuando se trata del amor propio, de honras vanas, del exceso de allegar riquezas, de rencor o faltas de caridad, de aficiones menos honestas con personas de diferente sexo. Grande riesgo corren estas almas, según expresión de San Francisco de Asís, de que los cabellos se les truequen en cadenas que los arrastren al infierno.

En todo caso, no se santificarán y perderán la corona que Dios les tenía preparada de haber sido fieles a la gracia. El pajarillo, libre del lazo que lo sujetaba, presto toma vuelo y se remonta por los aires; igual acontece al alma libre de todo apego a las cosas terrenas; vuela hacia Dios, en tanto que un solo hilillo que la sujete a la tierra bastará para estorbarla subir al cielo. ¡Cuántas personas espirituales no llegan a la santidad por no esforzarse en dar de mano a ciertas aficioncillas!

Todo este daño proviene del poco amor que se tiene a Jesucristo. Algunos hay que andan como engolfados en la propia estima; otros que se irritan si las cosas no van como deseaban; unos regalan el cuerpo por razones de salud; éstos dan entrada en el corazón a afectos terrenos y el interior lo tienen siempre disipado, ganosos siempre de escuchar y saber mil cosas ajenas al servicio de Dios y sólo conformes con sus gustos; aquéllos, finalmente, desconocen el sufrir la más mínima desatención, y de ahí que se turben, abandonen la oración y el recogimiento, y unas veces se muestran alegres, otras tristes e impacientes, según vayan o no las cosas conforme a sus inclinaciones o estado de ánimo. Estos tales no aman a Jesucristo, o lo aman con menguado amor, y lo que hacen es desacreditar la verdadera devoción.

REMEDIOS CONTRA LA TIBIEZA, Pero, y quien haya caído en tan miserable estado de tibieza, ¿qué deberá hacer? Cierto que es harto difícil ver al alma tibia recobrar el primitivo fervor, mas también es cierto que el Señor dijo que lo que los hombres no pueden, puédelo Dios. El que ruega y emplea los medios a ello conducentes, presto alcanza lo que desea. Cinco son los medios para salir de la tibieza y adelantar en la perfección, a saber: 1.º) desear-la; 2.º) resolverse a ello; 3.º) la oración mental; 4.º) la comunión, y 5.º) la oración.

DEL DESEO DE LA PERFECCIÓN El primer medio, por tanto, para salir de la tibieza es el deseo de la perfección, y éste, a la vez, es el primer medio para ser

perfectos. Son los santos deseos alas que nos hacen volar sobre la tierra, porque, como dice San Lorenzo Justiniano, además de darnos fuerzas para andar por el camino de la perfección, alivian también las penas del caminar: «Danos fuerzas – dice el Santo – y hácenos la carga más liviana.» El que verdaderamente desea la perfección, va siempre adelante, sin darse punto de reposo, y si no se cansa, al cabo llegará. Por el contrario, quienes no alimentan este deseo volverán atrás y cada día serán más imperfectos. Dice San Agustín que, en los caminos de Dios, no ir adelante es retroceder. Quien no se esfuerza por seguir adelante en lo comenzado, presto verá que vuelve atrás, arrastrado por la corriente de la corrompida naturaleza.

En gravísimo error están quienes sostienen que Dios no exige que todos seamos santos, ya que San Pablo afirma: Esta es la voluntad de Dios, vuestra santificación. Dios quiere que todos seamos santos, y cada uno según su estado; el religioso como religioso, el seglar como seglar, el mercader como mercader, el soldado como soldado, y así de los demás estados y condiciones.

Hermosos son los documentos que acerca de esto trae mi gran abogada Santa Teresa; en un lugar dice: «Que siempre vuestros pensamientos vayan animosos, que de aquí verán a que el Señor os dé gracia para que lo sean las obras.» En otro se expresa así: «Tener gran confianza, porque conviene mucho no apocar los deseos, sino creer de Dios, que, si nos esforzamos poco a poco aunque no sea luego, podremos llegar a lo que muchos santos con su favor.» Y, en confirmación de lo dicho, atestiguaba tener experiencia de que las personas animosas en poco tiempo aprovechan mucho. «Y no penséis que ha menester nuestras obras – proseguía –, sino la determinación de nuestra voluntad.» «Mas que le vean (en el Santísimo Sacramento) y comunicar sus grandezas y dar de sus tesoros, no quiere sino a los que entiende que mucho lo desean, porque éstos son sus verdaderos amigos.» «Sea bendito por todo, que he visto claro no dejar sin pagarme, aun en esta vida, ningún deseo bueno.» Tan generosa y noble era en su amor Santa Teresa, que cierto día, con santa osadía, dijo al Señor que se holgaría de ver en el cielo a otros con más gloria que ella, pero que no sabía si se holgaría de que otro amase a Dios más que ella.

Menester es, por tanto, revestirse de ánimo esforzado y generoso: Bueno es Yahveh para quien en Él espera. Dios es sobrado bueno y liberal para quien le busca de corazón. Ni siquiera nuestros pecados pasados pueden impedirnos alcanzar la santidad, si de verdad la deseamos. Prosigue Santa Teresa: «Mas es menester entendamos cómo ha de ser esta humildad; porque creo el demonio hace mucho daño para no ir muy adelante gente que tiene oración, con hacerlos entender mal de la humildad, haciendo que nos parezca soberbia tener grandes deseos y querer imitar a los santos y desear de ser mártires.» El Apóstol escribe: Sabemos que Dios ordena toda su acción al bien de los que le aman y la Glosa añade: hasta los pecados, pues también los pecados cometidos pueden cooperar a nuestra santificación, en cuanto su recuerdo nos hace más humildes y agradecidos, a vista de los favores que Dios nos otorga,

después de haberle ofendido tanto. Yo nada puedo, debe decir el pecador, nada merezco más que el infierno, pero he de tratar con un Dios de infinita bondad, que tiene empeñada la palabra de oír a todo el que le pidiere. Pues que me libró de la eterna condenación y quiere ahora que sea santo, ofreciéndome para ello su ayuda, bien puedo llegar a serlo, no ciertamente con mis fuerzas, sino con el favor de Dios, que me conforta: Para todo siento fuerzas en aquel que me conforta.

Cuando experimentemos excelentes deseos, esforcemos al punto el ánimo y, poniendo a Dios por fiador, llevémoslo prestamente a la práctica, y si luego surgiere cualquier impedimento en la vida espiritual, resignémonos a la voluntad de Dios. El querer de Dios ha de prevalecer sobre todo nuestro buen deseo. Santa María Magdalena de Pazzi antes hubiera renunciado a la perfección que alcanzarla contra la voluntad de Dios.

DE LA RESOLUCIÓN El segundo medio para alcanzar la perfección es la resolución de entregarse del todo a Dios, Muchos están llamados a la perfección; muévelos a ello la divina gracia y hasta tienen deseos de alcanzarla; más, porque les falta esta resolución, viven y mueren tibios e imperfectos. No basta el deseo de la perfección si no va acompañado de firme resolución de alcanzarla.

¡Cuántas almas se alimentan de solos deseos y no dan ni un paso en los caminos de Dios! Estos son los deseos de que nos habla el Sabio: Los deseos del perezoso lo matan. El perezoso no deja de desear, pero no se resuelve a adoptar los medios para conseguir la santidad propia de su estado. Dice: ¡Ah, si viviese en un desierto y no ya en casa! ¡Si pudiera habitar en un monasterio, entonces sí que me entregaría del todo a Dios!

Y, entre tanto, no puede sufrir a tal persona; se resiste a oír palabras de contradicción, anda derramado en mil cosas exteriores; cae en incontables defectos, gula, curiosidad, soberbia, y a vuelta de eso, sigue suspirando: ¡Ah, si tuviese, si pudiese...! Tales deseos causan más daño que utilidad, porque, mientras uno se alimenta de ellos, prosigue viviendo en sus imperfecciones. San Francisco de Sales decía: «No apruebo que una persona, ligada por un deber o vocación, se pare a desear otro género de vida que no sea conforme con su oficio, ni se meta en ejercicios incompatibles con su estado actual, porque esto disipa el corazón y le hace andar flojo y tibio en los ejercicios a que está obligado.»

Lo que hace falta es desear la perfección, y con varonil resolución tomar los medios a ello conducentes. Escribe Santa Teresa: «El demonio ha gran miedo a ánimas determinadas, que tiene ya experiencia le hacen gran daño. Este es el oficio de la oración mental, saber buscar los medios que más directamente conducen a la perfección. Algunos hay que consumen grandes horas en oración, sin determinarse

jamás a nada de provecho. Decía la misma Santa: «Yo la quería más (la oración) que la de muchos años que nunca acabó de determinarse más a él postrero que al primero, a hacer cosa que sea nada por Dios.» Y en otro pasaje añade: «Ya tengo experiencia en muchas, que si me ayudo al principio a determinarme a hacer lo que, siendo por sólo Dios, hasta en comenzarlo quiero, para que, más merezcamos, que el alma sienta aquel espanto, y mientras mayor, si sale con ello, mayor premio y más sabroso se hace después.»

La primera resolución ha de ser determinarse a morir antes que cometer un pecado deliberado, por leve que sea. Es cosa averiguada que, por más esfuerzos que hagamos, sin la gracia y favor de Dios, no alcanzaremos victoria sobre las tentaciones; mas también es cierto que Dios espera que hagamos por nuestra parte algún esfuerzo para intervenir Él después con su gracia, que, ayudando a nuestra flaqueza, nos sacará victoriosos. Esta determinación, al par que desbarata cuantos tropiezos halla en nuestro camino, nos da mucho ánimo, porque nos certifica hallarnos en la amistad divina. San Francisco de Sales afirmaba: «La mayor seguridad que podemos tener de hallarnos en esta vida en gracia de Dios no consiste precisamente en que sintamos amor por Él, sino en el sincero y total abandono de todo nuestro ser en sus manos, y en la inquebrantable resolución de no consentir jamás en ningún pecado, sea leve, sea grave.» A esto llamamos ser delicados de conciencia. Adviértase aquí, de paso, que una cosa es ser delicado de conciencia, y otra ser escrupuloso. Ser delicado de conciencia es necesario para santificarse, pero ser escrupuloso es defecto que causa no pocos perjuicios, por lo que se impone obedecer al director espiritual y dominar los escrúpulos, que no son sino vanas y no razonables aprensiones.

Es necesario, en segundo lugar, determinarnos a escoger lo más perfecto, no sólo de lo que agrada a Dios, sino también lo que absolutamente es de su mayor agrado. Decía San Francisco de Sales: «Hay que comenzar por una seria y determinada resolución de hacer a Dios total entrega de nosotros, protestando que en lo venidero queremos ponernos del todo en sus manos, renovando a tiempo esta misma determinación.» San Andrés Avelino hizo voto de adelantar a diario en la perfección. Quien quiera santificarse, no es necesario que haga tal voto, pero sí que procure a diario adelantar en la perfección. Escribe San Lorenzo Justiniano: «Cuando uno camina de veras por el camino de la perfección, más hambre siente del proseguir adelante, y, al paso que va creciendo en la perfección, más hambre siente de ello, porque, siendo más fuertes los rayos de la divina luz, parécele que no tiene virtud alguna ni hace cosa de provecho; y si por ventura cree haber hecho alguno bueno, hállalo cargado de imperfecciones y todo le parece poco. De aquí que de continuo trabaje el alma para lograr la perfección, sin pararse nunca ni decir basta.»

Lo que hagas, hazlo presto y no lo dejes para mañana. ¿Quién sabe si mañana tendrás tiempo de hacerlo? Advierte el Eclesiastés: Todo lo que puedas hacer con tu fuerza hazlo, y no lo difieras para mañana, y da la razón de ello diciendo: Porque no

hay obra, ni razón, ni ciencia, ni sabiduría en el seol, adonde te encaminas. Porque en la otra vida se acabó el tiempo del bien obrar y merecer; ni hay sabiduría para hacer el bien ni prudencia para bien gobernarse, ya que, una vez muerto, lo hecho, hecho está. Aconteció que sor Buenaventura, profesora del monasterio de la Torre de los Espejos, vivía vida de tibieza cuando fue a predicar los ejercicios espirituales a la comunidad el religioso P. Lancicio, y sor Buenaventura, que no deseaba salir del estado de tibieza, comenzó de mala gana a escuchar los sermones. Pues bien, en el primero se apoderó de ella la divina gracia con tal ímpetu, que acudió prestamente a los pies del padre y le dijo muy resueltamente: «Padre, quiero hacerme santa y conseguirlo prontamente»; cosa que llevó a cabo con el auxilio divino, pues vivió sólo unos ocho meses, a continuación de los cuales murió en opinión de santidad.

David decía: Y dije: «Ahora empiezo.» Glosando San Carlos Borromeo estas palabras, exponía: «Ahora comienzo a servir a Dios.» Y así tenemos que hacer, como si en lo pasado no hubiéramos hecho bien alguno, porque todo cuanto por Dios hacemos es nada, dado que todos estamos obligados a hacerlo por Él.

Resolvámonos, pues, a diario a comenzar a ser todo de Dios; no nos detengamos a mirar lo que hacen los demás ni cómo lo hacen, puesto que contados son los que de veras se dan a la santidad. De San Bernardo es esta sentencia: «Lo perfecto es siempre raro.» Si queremos seguir al común de los hombres, seremos siempre imperfectos, como ellos lo eran, por regla general.

Santa Teresa decía: «¡Donosa manera de buscar amor de Dios!... Ansí que, porque no se acaba de dar junto, no se nos da por junto este tesoro.» ¡Oh Dios, y qué poco es cuanto hiciéremos por Jesucristo, quien por nuestro amor nos dio sangre y vida! «Es todo asco –añadía la Santa– cuanto podemos hacer, en comparación de una gota de sangre que el Señor por nosotros derramó.» Los santos nada perdonaron cuando se trataba de complacer a un Dios que se ha dado por completo a nosotros, sin reserva alguna, para obligar-nos a no reservarle nada. «Se te dio por entero –escribe el Crisóstomo – sin reservarse nada para sí.»

Pues, si Él se dio por completo a nosotros, no es razón que andemos con reservas para con Él. Y por todos murió –dice San Pablo–, para que los que viven no vivan ya para sí mismos, sino para aquel que por ellos murió y resucitó.

DE LA ORACIÓN MENTAL El tercer medio para alcanzar la santidad es la oración mental. «Quien no meditare las verdades eternas –dice Gersón–, por maravilla podrá vivir vida cristiana.» Y la razón es porque a quien no medita fáltale la luz y tiene que caminar a tientas. Las verdades de la fe no se ven con los ojos corporales, sino con los del alma, y precisamente en la meditación. Quien no las medita no las ve, y por eso camina a tientas y, envuelto así en tinieblas, fácilmente se

aficionará a las cosas de aquí abajo, con desprecio de las eternas. Santa Teresa escribía al obispo de Osma: «Aunque a nuestro parecer no haya imperfecciones en nosotros, cuando Dios abre los ojos del alma, como en la oración lo suele hacer, parécense bien estas imperfecciones.» Y antes escribió San Bernardo que quien no medita no se aborrece, porque no se conoce. La oración, prosigue el Santo, gobierna los afectos de nuestro corazón y encamina hacia Dios nuestras obras; pero, sin meditación, inclínanse hacia tierra nuestros afectos, tras ellos van las obras, y todo anda en desorden.

Terrible es el caso que se refiere en la vida de la Beata Sor María del Crucificado, siciliana. Estando la sierva de Dios en oración, oyó a un demonio que alardeaba de haber hecho abandonar a cierta religiosa la meditación de regla, y vio en espíritu que, después de esta falta, la tentaba el demonio a cometer una falta grave, y que la religiosa estaba a punto de sucumbir.

Voló ella a su socorro, la amonestó y sacóla del peligro. Santa Teresa decía que el alma que abandona la oración no tardará en convertirse en bestia o en demonio. Renunciar, por consiguiente, a la meditación es renunciar al amor de Jesucristo. La oración es la feliz hoguera en que se enciende y conserva el fuego del santo amor: «En mi meditación se encendió un fuego.» Santa Catalina de Bolonia escribía: «Quien no frecuenta la oración, se priva del lazo que une al alma con Dios, por lo que no será difícil que el demonio, hallando al alma fría en el amor divino, la arrastra a cebarse en cualquier emponzoñada manzana.» Por el contrario, decía Santa Teresa: «Si en ella persevera (en la oración), por pecados, y tentaciones, y caídas de mil maneras que ponga el demonio, en fin, tengo por cierto que la saca el Señor a puerto de salvación, como, a lo que ahora parece, me ha sacado a mí.» Y en otro pasaje afirma: «El que no deja de andar e ir adelante, aunque tarde, llega. No parece es otra cosa perder el camino sino dejar la oración.» E insiste otra vez: «¡Y qué bien acierta el demonio, para su propósito, en cargar aquí la mano! Sabe el traidor que el alma que tenga con perseverancia oración, la tiene perdida, y que todas las caídas que le hace dar la ayudan, por la bondad de Dios, a dar después mayor salto en lo que es su servicio: algo le va en ello.» ¡Cuántos bienes se recolectan en la oración! En ella se conciben santos pensamientos, se encienden afectos devotos, se fortalecen grandes deseos y se forman propósitos inquebrantables de entregarse del todo a Dios; en ella el alma santifica a Dios todos los afectos terrenos y todos los apetitos desordenados. Afirmaba San Luis Gonzaga que «no habrá mucha perfección donde no hubiera mucha oración.» Que no echen en olvido este dicho del Santo los que desean la perfección.

No se ha de ir a la oración para experimentar las dulzuras del amor divino; quien este fin se propusiese perdería el tiempo y sacaría escasa ventaja. El alma ha de darse a la oración solamente para agradar a Dios, es decir, sólo para conocer cuál sea su voluntad y pedirle la necesaria ayuda para cumplirla. El Venerable P. D. Antonio Torres decía: «Llevar la cruz sin consuelo hace volar al alma por el camino de la

perfección.» La oración desprovista de consuelos sensibles es la más provechosa para el alma. Santa Teresa decía que el alma que abandona la oración no necesita de demonio que la lleve al infierno, pues por sí misma se encamina a él.

De este ejercicio de la oración procede que el alma piense siempre en Dios. «El verdadero amante en toda parte ama y siempre se acuerda del amado. Recia cosa sería que sólo en los rincones se pudiese tener oración», decía Santa Teresa. Y de aquí procede también que las personas de oración hablen siempre de Dios, sabiendo como saben cuánto le agrada que los amadores se deleiten en hablar de Él y del amor que les profesa, procurando de este modo inflamar a los demás en el amor divino. Escribe la misma Santa: «Quiso que viese claro que a semejantes pláticas siempre se hallaba presente, y lo mucho que se sirve en que así se deleiten en hablar de Él.

De la oración también nace el deseo de retirarse a lugares solitarios para tratar a solas con Dios y conservar el recogimiento interior aun tratando negocios exteriores necesarios. Digo necesarios, o por razón del gobierno de la familia o de los ministerios que la obediencia impone; porque las personas dadas a oración deben amar la soledad y no desarmarse en cosas vanas e inútiles; de no hacerlo así, perderán el espíritu de recogimiento, que es excelente medio para tener al alma unida a Dios. Huerto cerrado eres, hermana mía, esposa. El alma esposa de Jesucristo ha de ser huerto cerrado a toda criatura y no ha de alimentar en su corazón más pensamientos ni más negocios que de Dios y para Dios. Los corazones disipados no pueden santificarse. Los santos que tuvieron por ministerio ganar almas para Dios, aunque predicaban, confesaban, componían enemistades y asistían a enfermos, no perdían el recogimiento. Lo mismo acontece con los que andan metidos entre libros. ¡Cuántos hay que, estudiando para hacerse sabios, no salen ni sabios ni santos, porque la verdadera ciencia es la ciencia de los santos, que consiste en saber amar a Jesucristo, y el amor divino trae consigo la ciencia y todos los demás bienes!

Viniéronme los bienes a una todos con ella, esto es, con la santa caridad. San Juan Berchmans se entregó al estudio con incansable ardor, y, con todo, jamás el estudio puso trabas, merced a su fervor, al adelantamiento espiritual. El Apóstol dijo: No sentir de sí más (Cant. 4, 12) altamente de lo que conviene sentir, sino sentir aspirando a un sobrio sentir.

Necesaria es la ciencia, y especialmente al sacerdote, porque debe enseñar a los demás la ley divina: Pues los labios del sacerdote deben guardar la ciencia, y la doctrina han de buscar de su boca 18; sea sabio, sí, pero dentro de la moderación. Quien por el estudio abandona la oración, da pruebas de que no busca a Dios, sino a sí mismo. Quien busca a Dios, antes que dejar la oración dejará el estudio, cuando no sea tan necesario que obligue a dejar la oración.

Otro mal gravísimo que nace de aquí es que sin meditación no se ora. De la necesidad de la oración ya traté en muchas de mis obras espirituales, y en especial en un libro titulado *Del gran medio de la oración*, por lo que me limitaré a decir en este capítulo algunas palabras sobre el particular. Baste solamente señalar aquí lo que el venerable obispo de Osma Mons. Palafox dejó escrito: «¿Cómo ha de durar la caridad si no da Dios la perseverancia? ¿Cómo la dará Dios si no la pedimos? ¿Cómo la pediremos si no hay oración?...

Sin la oración ni hay comunicación de Dios para conservar las virtudes adquiridas, ni para adquirir las perdidas.» Y en verdad que es así, pues el que no medita no advierte las necesidades de su alma, desconoce los riesgos que corre su salvación, ignora los medios que debe emplear para vencer las tentaciones, y, no entendiendo la necesidad que tiene de orar, dejará la oración y ciertamente se perderá.

En cuanto a la materia de las meditaciones, no hay cosa más útil que la meditación de los novísimos: muerte, juicio, infierno y gloria; principalmente se ha de meditar en la muerte, imaginándose hallarse moribundo en el lecho, abrazado al crucifijo y presto ya a entrar en la eternidad. Mas para el verdadero amante de Jesucristo, que desea ir siempre adelantado en su santo amor, no hay pensamiento más eficaz que el de la pasión del Redentor. Decía San Francisco de Sales que el monte Calvario es el monte de los amantes. Todos los amadores de Jesucristo suben a este monte, donde no se respiran más brisas que las del divino amor. En presencia de un Dios que muere por nuestro amor, y que muere porque nos ama —Cristo nos amó y se entregó a sí mismo por nosotros—, imposible parece no arder en las llamas de su amor. De las llagas del Crucifijo brotan siempre saetas de amor que hieren los corazones, aunque sean más duros que la piedra. ¡Dichosa el alma que en la cumbre del Calvario tiene fija su morada! ¡Feliz montaña, amable montaña! Querido monte, ¿quién podrá alejarse de ti?

DE LA ORACIÓN El quinto y más necesario medio para conservar la vida espiritual y conseguir el amor de Jesucristo es la oración. Digo, en primer lugar, que Dios, al poner en nuestras manos este medio, nos da a conocer el grande amor que nos profesa. ¿Qué mayor prueba de amor puede testimoniar un amigo a otro que decirle: «Pídeme, amigo mío, cuanto desees, ¿que yo te lo otorgaré?»

Pues esto es lo que nos dice el Señor: Pedid, y se os dará; buscad y hallaréis. Por donde se ve que la oración se llama omnipotente ante Dios para alcanzar toda suerte de bienes. «La oración, a pesar de ser una —dice Teodoreto—, lo puede todo.» El que reza, obtiene de Dios cuanto quiere. Hermosas son las palabras de David: Bendito sea Dios, que no apartó mi súplica, ni su misericordia alzó de mí. Glosando San Agustín este pasaje, dice: «Si de tu parte no falta la oración, ten por cierto que tampoco faltará la misericordia divina.» Y San Jerónimo añade: «Siempre se alcanza algo, hasta el

momento de pedir.» Cuando oramos al Señor, antes de terminar la oración ya Él nos tiene concedido lo que le pedimos; por tanto, si somos pobres, no nos quejemos de nosotros mismos, porque lo somos porque nos empeñamos en ello, y de ahí que no merezcamos compasión. ¿Qué compasión puede merecer un mendigo que, teniendo un señor sobrado rico, que desea otorgarle cuanto le pida, (Lc. 11, 9) nada le pide, prefiriendo quedar en su pobreza antes de pedir al señor lo que le es tan necesario? Pues bien, dice el Apóstol: Es el Señor de todos, espléndido para con todos los que le invocan.

La oración del humilde lo alcanza todo de Dios, pero no olvidemos que no sólo es útil, sino también necesaria para salvarnos. Ciertamente que sin el favor divino es imposible triunfar de las tentaciones del enemigo; a las veces, y en asaltos más duros, pudiera bastarnos la gracia suficiente que Dios nos concede; más por nuestras perversas inclinaciones no nos bastará y tendremos necesidad de una gracia especial, que no la alcanza quien no la pide, viniendo así a perderse por no rezar. Y hablando singularmente de la gracia de la perseverancia final, o sea, de la gracia de morir en la amistad de Dios, gracia absolutamente necesaria para salvarnos, y sin la cual estaremos perdidos para siempre, dice San Agustín que «Dios no la concede sino a quienes se la piden.» Por esto son tan contados los que se salvan, porque contados son también quienes se cuidan de pedir a Dios esta gracia de la perseverancia.

En suma, los Santos Padres están acordes en afirmar que la oración es necesaria, no sólo de necesidad de precepto –de suerte que, según los doctores, incurre en pecado mortal el que en el plazo del mes no encomienda a Dios su eterna salvación–, sino también es necesaria de necesidad de medio; es decir, que sin oración es imposible salvarse. La razón es harto sencilla: porque sin el auxilio de la divina gracia es imposible alcanzar la salvación, y este auxilio Dios solamente lo concede al que se lo pide; y como las tentaciones y peligros de caer en desgracia de Dios son continuos, continua ha de ser también nuestra oración. Por eso escribió Santo Tomás que, si quiere el hombre entrar en el cielo, ha de ser por medio de la continua oración. Y ya antes lo había dicho Jesucristo: Es menester siempre orar y no desfallecer, y después el Apóstol: Orad sin cesar, porque en el punto mismo que dejemos de encomendarnos a Dios, el demonio nos vencerá. La gracia de la perseverancia es cierto que no la podemos merecer, como enseña el Concilio de Trento, y, con todo, la podemos merecer en cierto sentido, como dice San Agustín, si insistimos en la oración. El Señor nos quiere dispensar sus gracias, pero quiere que se las pidamos, y hasta, como dice San Gregorio, quiere ser importunado y como forzado por nuestros ruegos. Santa María Magdalena de Pazzi decía que cuando pedimos mercedes a Dios, no sólo nos escucha, sino que, en cierta manera, nos lo agradece. Y, en efecto, siendo Dios bondad infinita, que suspira por comunicarse, tiene, por decirlo así, infinito deseo de comunicarse a los demás, pero que quiere que le pidamos esos bienes, y cuando se ve importunado por un alma, es tanto el gozo que recibe, que en cierto modo le queda obligado.

Si queremos, pues, perseverar hasta la muerte en la gracia de Dios, es menester que hagamos el oficio de mendigos y andemos siempre tras el Señor con los labios desplegados para pedirle su auxilio y no cesemos de repetir: Jesús mío, misericordia; no permitáis que tenga la desgracia de separarme de vos; Señor mío, asistidme; Dios mío, ayudadme. Esta es la continua oración que practicaban los Padres antiguos del desierto: Pléguete, ¡oh Dios!, libradme; Señor, a socorrerme te apresura. Ayudadme, Señor, y hacedlo presto, porque, si os retardáis, sucumbiría y me perdería. Así nos debemos portar, especialmente en tiempo de tentaciones; no obrar así equivale a estar ya perdido. Tengamos gran confianza en la oración, pues Dios prometió escuchar a quien le ruega.

«¿A qué dudar – exclama San Agustín –, si Dios, empeñando su palabra, se hizo nuestro deudor y no puede dejar de otorgarnos las gracias que le pidiéremos?»

Cuando encomendamos a Dios nuestras necesidades, es menester que tengamos confianza cierta de ser escuchados y de alcanzar cuanto pedimos. Es palabra de Jesucristo: Todo cuanto rogáis y pedís, creed que lo habéis recibido, y lo alcanzaréis. Pero yo soy pecador – dirá alguien – y no merezco ser escuchado; a lo cual responde Jesucristo: Todo el que pide, recibe; todo, sea justo o pecador.

DE LA COMUNIÓN FRECUENTE El cuarto medio para alcanzar la perfección y perseverar en la amistad de Dios es la frecuencia de la sagrada comunión, de la que ya hablamos en el capítulo 2, en que vimos que el alma no puede hacer cosa de mayor agrado a Jesucristo que recibirlo a menudo en el sacramento de los altares. «Ayuda más poderosa para alcanzar la perfección – decía Santa Teresa – no encuentro yo que comulgar con frecuencia: es cosa que pone admiración cómo el Señor va perfeccionando el alma»; y añadía que, «hablando en general, las personas que más frecuentemente comulgan se ven más adelantadas en la perfección; y en aquellos monasterios se respira mejor espíritu y ambiente de perfección en los cuales más se frecuenta la sagrada comunión».

Y por esto dijo Inocencio XI, en el decreto del año 1769, que la comunión frecuente y hasta cotidiana ha sido siempre loada y recomendada por los Santos Padres. La Eucaristía, según el Concilio Tridentino, es remedio y medicina que nos libra de las culpas cotidianas y nos preserva de las mortales. San Bernardo dice que la comunión reprime los ímpetus de la cólera y de la incontinencia, que son las dos pasiones que más frecuente y furiosamente nos acometen. Santo Tomás afirmaba que la comunión abate las sugerencias del demonio, y San Juan Crisóstomo, finalmente, aseguraba que la comunión da al alma poderosa inclinación a la virtud y facilidad grande en practicarla, y a la vez que le infunde una paz interior que le convierte en fácil y deleitoso el camino de la perfección. Pero, sobre todo, ningún sacramento inflama tanto el alma en amor divino como la sagrada Eucaristía, donde Jesucristo se

da por entero a nosotros y estréchanos a Él con cadenas de amor. De ahí que dijera el Beato Juan de Ávila: «Mas, ¿qué diremos? Que hay hombres que, sin ver la conciencia de los que se llegan a comulgar, juzgan y dicen que es malo, y lo murmuran. Estos tales el oficio del diablo tienen, aborrecedores y estorbadores de las obras de Dios.» En efecto, el demonio aborrece sobre todo encarecimiento este sacramento, del que reportan las almas fuerzas extraordinarias para adelantar en el amor divino.

Importa mucho, para comulgar bien, llegarnos a este banquete eucarístico convenientemente preparados. La primera preparación, o sea, la preparación remota, para poder comulgar a diario o frecuentemente, consiste en: 1.º) abstenerse de toda falta deliberada, es decir, cometida a ojos abiertos; 2.º) el ejercicio de la oración mental; 3.º) la mortificación de los sentidos o de las pasiones. Enseñaba San Francisco de Sales en su Filotea que «se puede conceder la comunión diaria a quien ha vencido la mayor parte de sus malas inclinaciones y adquirido rico caudal de perfección.» El angélico Santo Tomás es de parecer que bien puede comulgar diariamente quien por experiencia sabe que comulgando se le aumenta el fervor de la caridad. Por lo que decía Inocencio XI en el citado decreto que al confesor corresponde determinar la mayor o menor frecuencia en el comulgar, siguiendo para ello, como norma segura, el mayor o menor provecho que de este manjar saca el alma encomendada a su dirección. La preparación próxima a la comunión es la que se hace el mismo día en que se comulga, y consiste en hacer media hora, por lo menos, de oración mental.

Es necesario, además, para que la sagrada comunión cause maravillosos efectos, que después de comulgar empleemos prolongado rato en la acción de gracias.

El Beato Padre Juan de Ávila decía que el tiempo que corre después de la comunión es tiempo de hacer fortuna y allegar tesoros de gracia para el cielo. Santa María Magdalena de Pazzi decía que no hay tiempo más a propósito para inflamarse en santo fuego de caridad como el que sigue a la comunión, y Santa Teresa añadía: «No suele Su Majestad pagar mal la posada si le hacen buen hospedaje... Estaos vos con Él de buena gana; no perdáis tan buena razón de negociar como es la hora después de haber comulgado.»

Almas pusilánimes hay que, cuando el confesor las exhorta a comulgar más a menudo, responden: Pero... si yo no soy digna... Y ¿no sabes que, mientras menos veces comulgues, más indigna te haces de este divino manjar, porque, no comulgando, los defectos crecen y disminuyen las fuerzas? ¡Ánimo, pues! Obedece a tu director y déjate guiar por él, que las imperfecciones, cuando no son voluntarias, no estorban el comulgar, mayormente cuando el principal defecto está en no someterse a lo que te ordena el padre espiritual. – Cierto, pero si en lo pasado viví vida tan imperfecta... – ¿E ignoras – te respondo – que quien más necesitado está de la medicina y del médico es precisamente quien se hallare más enfermo? Jesús en el sacramento es

médico y medicina. Oye a San Ambrosio: «Yo, que siempre pecco, debo tener siempre a punto el remedio.» – Lo creo, pero el confesor no me manda comulgar más a menudo. – Pues si él no te lo manda, pídele tú permiso para ello, y si te lo niega, obedece y, entre tanto, no dejes de recabar su licencia. – Padre, pero esto suena a soberbia. – Lo sería si quisieras comulgar contra su parecer, pero no cuando se lo suplicas humildemente, porque este pan celestial reclama que se tenga hambre de él. Jesús quiere ser deseado, tiene sed de que estemos sedientos de ÉL, como dice un devoto autor. Este solo pensamiento: Hoy comulgué o mañana voy a comulgar, trae al alma en vela para huir de los defectos y cumplir en todo la divina voluntad. – Pero, si no tengo fervor... – Si hablas del fervor sensible, no te es necesario, ni Dios lo da siempre aun a sus almas predilectas; basta que tengas el fervor que supone una voluntad resuelta a entregarse del todo a Dios e ir creciendo en el amor divino. Dice Juan Gersón que quien se priva de comulgar porque no siente la devoción que deseara tener, se asemeja al que no se acerca al fuego por estar yerto de frío.

Pero, Dios mío, ¡cuántas almas, por no obligarse a vivir vida más recogida y desprendida de las cosas terrenas, dejan de comulgar con frecuencia, no siendo otra la causa de que no comulguen más a menudo! Se dan cuenta de que con la comunión frecuente no se compadece el ansia de aparentar, la vanidad en el vestir, la gula, las comodidades y la frivolidad de las conversaciones, y por eso se avergüenzan de acercarse frecuentemente a los altares. Ciertamente que tales almas hacen bien en abstenerse de la comunión frecuente, pues se hallan en tan miserable estado de tibieza, pero están obligadas a salir de tal tibieza quienes, llamadas a vida más perfecta, no quieran arriesgar gravemente su eterna salvación.

Ayuda también mucho para conservar en el alma el fervor, el hacer muchas veces al día la comunión espiritual, tan recomendada por el Concilio de Trento, que exhorta a todos los fieles a practicarla. La comunión espiritual, como dice Santo Tomás, consiste en ardiente deseo de recibir a Jesucristo en el Santísimo Sacramento, por lo que los santos acostumbraban a renovarla diaria y frecuentemente. El modo de hacerla es decir: Creo, Jesús mío, que estáis en el Santísimo Sacramento; os amo y deseo recibirlos; venid a mi alma; os abrazo y os ruego que no permitáis volver jamás a abandonaros. Y más breve aún: Venid a mí, Jesús mío; os deseo, os abrazo y os suplico que estemos unidos siempre.

Afectos y súplicas

¡Oh Jesús mío!, quiero amaros cuanto pueda y hacerme santo, y lo quiero para daros gusto y amaros mucho en esta y en la otra vida. Nada puedo, pero vos lo podéis todo y sois quien me queréis santo. Siento ya que, por un efecto de vuestra gracia, mi alma suspira por vos y a nadie busca sino a vos. No quiero seguir viviendo para mí; vos me deseáis todo vuestro y yo quiero daros por entero a vos. Venid y unidme a vos y uníos vos a mí; vos sois bondad infinita, que con tanto amor me ha distinguido;

sois amante excesivo y amable sobre cuanto se puede encarecer. ¿Cómo, pues, podré amar otra cosa fuera de vos? Prefiero vuestro amor a todas las cosas criadas; vos sois el único objeto, el dueño único de todos mis afectos. Renuncio a todo para no tener más ocupación que amaros a vos solo, Criador mío, consuelo, esperanza, amor mío y mi todo. No desconfío de llegar a la santidad, a pesar de mis ofensas pasadas, pues reconozco que, si habéis muerto, ha sido para perdonar al pecador que se arrepiente. Os amo ahora con toda mi alma, os amo de todo corazón, os amo más que a mí mismo y me arrepiento sobre otro mal de haberos disgustado a vos, sumo bien. Ya no soy mío, sino vuestro; disponed de mí, ¡oh Dios de mi corazón!, como os pluguiere. Acepto, para agradaros, cuantas tribulaciones queráis enviarme, enfermedades, dolores, angustias, ignominias, pobreza, persecuciones y desconsuelos; todo lo acepto para complaceros. Acepto también la muerte que queráis enviarme, con todas las congojas y cruces que la han de acompañar; bástame que me concedáis la gracia de amaros con todo mi corazón. Ayuda y fuerza os pido para que pueda reparar, en lo que me restare de vida, las amarguras que en lo pasado os causé, único amor del alma mía. ¡Oh, Reina del cielo y Madre de Dios, abogada poderosa de los pecadores, ¡en vos confío!