

# Camino de perfección

Santa Teresa de Jesús

Versión resumida y adaptada  
al lenguaje moderno por  
**Alberto Zúñiga Croxatto**

Edición electrónica gratuita

Lima, Noviembre 2003

**FORMA DE IMPRIMIR ESTE LIBRO:**

- Tamaño de papel A4.
- 2 páginas por hoja
- (Archivo>Imprimir>Propiedades>Acabado>2 páginas por hoja).

# ÍNDICE GENERAL

Argumento general de este libro.....	7
Prólogo.....	7
Capítulo 1: La causa que me movió a hacer con tanta estrechura este monasterio.....	7
Capítulo 2: Cómo se hay que despreocuparse de las necesidades materiales. El bien que hay en la pobreza.....	8
Capítulo 3: Rueguen siempre a Dios por los que trabajan por la Iglesia.....	11
Capítulo 4: La importancia que tiene guardar bien la Regla. Tres cosas importantes para la vida espiritual. La primera de estas: el amor al prójimo. Lo que dañan las amistades particulares.....	13
Capítulo 5: La importancia de los buenos confesores.....	16
Capítulo 6: El amor perfecto.....	16
Capítulo 7: Algunos avisos para lograr este amor espiritual.....	18
Capítulo 8: El gran bien que es desasirse, interior y exteriormente, de todo lo creado.....	21
Capítulo 9: El gran bien que se sigue de huir de los familiares los que han dejado el mundo, y cuán más verdaderos amigos hallan.....	22
Capítulo 10: No basta desasirse de los familiares, si no nos desasimos de nosotras mismas. La virtud del desasimiento va unida a la humildad.....	23
Capítulo 11: La mortificación que suponen las enfermedades.....	25
Capítulo 12: De cómo el verdadero amador de Dios ha de tener en poco la vida y el deseo de ser estimado.....	26
Capítulo 13: Cómo se ha de huir de las razones del mundo para llegarse a la verdadera razón.....	29
Capítulo 14: Lo mucho que importa no dar profesión a ninguna que tienda a lo contrario de lo que se ha dicho.....	31
Capítulo 15: El gran bien que hay en no disculparse, aunque sea uno condenado sin tener culpa.....	32
Capítulo 16: La diferencia que hay entre la perfección de los contemplativos de los que se contentan con sólo la oración mental. Cómo Dios puede subir algunas veces a un alma carente de virtudes a perfecta contemplación.....	34
Capítulo 17: No todas las almas son aptas para la contemplación y algunas llegan a ella tarde. El verdadero humilde ha de ir contento por el camino que le lleve el Señor.....	36
Capítulo 18: Cuánto mayores son los trabajos de los contemplativos que los de los activos.....	38
Capítulo 19: Sobre la oración. Los que no pueden discurrir con el entendimiento en la oración. El agua viva de la contemplación infusa. El deseo de verse con Dios.....	40
Capítulo 20: Nunca faltarán las consolaciones en el camino de la oración. Las conversaciones de las religiosas siempre han de versar sobre Dios y sobre la oración.....	44
Capítulo 21: Lo mucho que importa comenzar con gran determinación el camino de la oración. No haya que hacer caso de los inconvenientes que el demonio pone.....	46
Capítulo 22: En qué consiste la oración mental.....	48
Capítulo 23: Lo que importa no volver atrás en el camino comenzado de la oración. Lo muy importante que es hacerlo con determinación.....	51

Capítulo 24: Cómo debemos rezar con perfección la oración vocal, y cómo va unida a ella la oración mental. ....	53
Capítulo 25: Lo mucho que gana un alma que reza con perfección vocalmente, y cómo acaece levantarla Dios de allí a cosas sobrenaturales. ....	55
Capítulo 26: La manera y los medios para poder recoger el pensamiento. ....	56
Capítulo 27: El gran amor que nos mostró el Señor en las primeras palabras del Padrenuestro. Lo mucho que importa no hacer ningún caso del linaje familiar a las que de veras quieren ser hijas de Dios. ....	59
Capítulo 28: En que consiste la oración de recogimiento. Algunos medios para acostumbrarse a ella. ....	60
Capítulo 29: Otros medios para procurar esta oración de recogimiento. Lo poco que nos debe importar el ser favorecidas de los prelados. ....	64
Capítulo 30: Lo que importa entender lo que se pide en la oración. Las palabras del Padrenuestro: «Santificado sea tu nombre, venga a nosotros tu reino». Cómo se pueden aplicar estas palabras para tener oración de quietud. ....	66
Capítulo 31: En qué consiste la oración de quietud. Algunos avisos para los que la tienen. ....	67
Capítulo 32: Las palabras del Padrenuestro: "Hágase tu voluntad así en la tierra como en el cielo". Lo mucho que importa decir estas palabras con toda determinación, y cuán bien lo paga el Señor. ....	72
Capítulo 33: La gran necesidad que tenemos de que el Señor nos conceda lo que pedimos en estas palabras del Padrenuestro: "Danos hoy nuestro pan de cada día" ....	75
Capítulo 34: Cómo hemos acoger al Señor después de recibir el Santísimo Sacramento. ....	77
Capítulo 35: Exclamación y súplica al Padre Eterno. ....	80
Capítulo 36: Sobre las palabras del Padrenuestro: «Perdónanos nuestras deudas». ....	82
Capítulo 37: La excelencia de esta oración del Padrenuestro. Cómo hallaremos de muchas maneras consolación en ella. ....	86
Capítulo 38: La gran necesidad que tenemos de suplicar al Padre eterno que nos conceda lo que pedimos en estas palabras: «Y no nos dejes caer en tentación, más líbranos del maligno». Sobre algunas tentaciones. ....	87
Capítulo 39: Avisos y remedios para podernos librar de algunas tentaciones. ....	90
Capítulo 40: Seguro va en medio de las tentaciones el que procura siempre andar en el amor y temor de Dios,. ....	92
Capítulo 41: El temor de Dios. Cómo guardarnos de los pecados veniales. ....	94
Capítulo 42: Sobre las últimas palabras del Padrenuestro: "Mas líbranos del mal. Amén" ....	98

## NOTA DEL EDITOR

El *Camino de perfección* surgió como respuesta al “deseo” y a la “importunación” de las monjas de San José, el primer Carmelo de la Reforma teresiana. Lo escribió en fecha imposible de determinar, entre los años 1563-1565. Aquellas páginas todavía se conservan en la biblioteca del Real Monasterio de El Escorial. Santa Teresa escribió estos apuntes sin ninguna preocupación estética, como se escribe una carta, con familiaridad.

En otra fecha, también indeterminada, posiblemente entre los años 1567 y 1569, la Santa copia de nuevo el libro y aprovecha para remodelarlo, introduciendo retoques de estilo y suprimiendo expresiones demasiado familiares. Este es el precioso códice autógrafo que conservan las Carmelitas Descalzas de Valladolid.

Se conservan, además, tres copias del códice de Valladolid, revisadas por la misma Santa, en los monasterios de Carmelitas Descalzas de Madrid, Salamanca y Toledo.

El tema central del libro es la oración. Esta es la finalidad de la Reforma teresiana como servicio a la Iglesia. En los primeros capítulos se tratan algunos requerimientos importantes para poder hacer bien la oración: la caridad fraterna, la negación de la voluntad propia, la humildad. Posteriormente se comentan las formas de la oración activa y contemplativa; los grados de la misma: vocal, mental, de recogimiento, de quietud y principio de unión y la explicación del Padre Nuestro, para demostrar que la oración vocal incluye la mental y puede ser cauce de contemplación.

La Santa no puso inicialmente ningún título a su escrito. En fecha posterior a la segunda redacción lo llamó “avisos y consejos”. También se refiere a él con el nombre de “librillo” o “el Paternóster”. Posteriormente será llamado “Camino de Perfección”, que equivale a otros dos términos usados por la misma Santa: “camino de oración” y “camino de contemplación”.

Esta edición, resumen y adaptación, pretende hacer más asequible las enseñanzas de la Santa al cristiano corriente. Con esta finalidad se ha “traducido al lenguaje moderno” el texto para facilitar su lectura y comprensión, eliminando los giros gramaticales y términos dificultosos, las expresiones obsoletas y redundancias, procurando al mismo tiempo ser fieles al sentido, a lo que Santa Teresa quiso decir. El contenido reproduce el texto del códice de Valladolid, pero se le han intercalado algunos párrafos del autógrafo de El Escorial (suprimidos por la Santa por diversas razones) y en alguna rara ocasión algunos párrafos del Códice de Toledo. Se han añadido estos párrafos por ser ricos en originalidad, ingenio, gracejo o mayor desenvoltura. Esta adaptación puede servir de ayuda para aquellos principiantes con poco tiempo que estén deseosos por conocer las enseñanzas de Santa Teresa sobre la oración vertidas en este precioso libro.

# CAMINO DE PERFECCIÓN

Libro escrito por Teresa de Jesús

Monja de la Orden de Nuestra Señora del Carmen

Dirigido a las monjas descalzas de Nuestra Señora del Carmen de la Primera Regla

## ARGUMENTO GENERAL DE ESTE LIBRO JHS.

Este libro trata de los avisos y consejos que da Teresa de Jesús a las hermanas religiosas e hijas suyas de los monasterios que fundó con el favor de nuestro Señor y de la gloriosa Virgen Madre de Dios, según la Regla primera de nuestra Señora del Carmen. En especial está dedicado a las hermanas del monasterio de San José de Ávila, el primero de todos, donde ella era priora cuando lo escribió.

## PRÓLOGO JHS.

Me han importunado tanto las hermanas de este monasterio de San José para que escriba algo sobre la oración, que me he determinado a obedecerlas, viendo el gran amor que me tienen. Confío en sus oraciones para que acierte a decir algo que les sirva de ayuda. El Señor me asista en todo lo que escriba para que sea conforme a su santa voluntad, por el gran deseo que tengo de que mis hermanas progresen en el servicio de Dios.

### Capítulo 1

*La causa que me movió a hacer con tanta estrechura este monasterio*

Al tiempo en que se comenzó este monasterio, me vinieron noticias de los daños y estragos que estaban haciendo los luteranos en Francia y de cuánto iba en aumento esta desventurada secta. Me dio mucha pena, y como si yo pudiera algo o fuera algo, lloraba con el Señor y le suplicaba remediase tanto mal. Dispuesta estaba a dar mil vidas para salvar por lo menos un alma de las muchas que se perdían. Y como me vi mujer y ruin e imposibilitada de aprovechar como yo quisiera en el servicio del Señor, y como toda mi ansia era, y aún es, que ya que tiene tantos enemigos y tan pocos amigos, que éstos fuesen buenos, me

determiné a hacer ese poquito que podía hacer, es decir, seguir los consejos evangélicos con la mayor perfección que pudiese y procurar que estas poquitas que están aquí hiciesen lo mismo, confiando en la gran bondad de Dios, que nunca deja de ayudar a quien se determina a dejarlo todo por Él. De esta forma contentaríamos en algo al Señor, estando todas ocupadas orando por los que son defensores de la Iglesia, pues muy apretado le traen aquellos a quienes ha hecho tanto bien, que parece le querrían tornar ahora a la cruz estos traidores y que no tuviese en donde reclinar la cabeza.

¡Oh Redentor mío, que no puede mi corazón pensar en esto sin fatigarse mucho! ¿Qué es lo que pasa con los cristianos? ¿Siempre han de ser los que más os deben los que os enojen? ¿A los que mejores obras hacéis, a los que escogéis para ser vuestros amigos, entre los que andáis y os comunicáis por los sacramentos? ¿No están satisfechos con los tormentos que pasasteis por ellos?

En fin, se me parte el corazón de ver tantas almas como se pierden.

¡Oh hermanas mías en Cristo! Ayudadme a suplicar esto al Señor, que para eso os juntó aquí; éste es vuestro llamamiento, éstos han de ser vuestros negocios, éstos han de ser vuestros deseos, aquí debéis poner vuestras lágrimas, éstas son vuestras peticiones. No oremos por los intereses del mundo; que yo me río de las cosas que aquí nos vienen a encargar que supliquemos a Dios, que pidamos a Su Majestad fortunas y dineros. Ellos nos lo encargan con buena intención, pero tengo para mí que en estas cosas nunca me oye. Está ardiendo el mundo, quieren volver a sentenciar a Cristo, pues le levantan mil testimonios; quieren poner a su Iglesia por el suelo, ¿y hemos de gastar el tiempo en cosas que si Dios se las concediese, tendríamos probablemente un alma menos en el cielo? No, hermanas mías, no es tiempo de tratar con Dios negocios de poca importancia. No son éstas las cosas que hemos de suplicar a Dios.

## Capítulo 2

*Cómo se hay que despreocuparse de las necesidades materiales. El bien que hay en la pobreza.*

No penséis, hermanas mías, que porque no tratéis de contentar a la gente del mundo os faltará de comer, os lo aseguro. Jamás por artificios humanos pretendáis sustentaros, que moriréis de hambre, y con razón. Poned los ojos en vuestro esposo, que Él os sustentará. Si Él está contento, vuestros benefactores os darán de comer, aunque no quieran en principio, como lo habéis visto por experiencia. Si a pesar de todo, haciendo esto murieseis de hambre, ¡bienaventuradas vosotras! Esto no se os olvide, por amor del Señor. Pues ya que habéis dejado de preocuparos por el dinero, dejad de preocuparos por la comida;

si no, todo va perdido. A los que por vocación quiere el Señor que se ganen la vida con estos cuidados, mi enhorabuena por afanarse por ello, pues a esto les ha llamado; mas en nosotras, hermanas, sería un disparate.

Dejad de pensad en las riquezas de que gozan los ricos. Por mucho que penséis en ello no haréis que el rico quiera daros un donativo. Dejad ese cuidado a quien los puede mover a todos, que es el Señor de las riquezas y de los ricos. Por su voluntad estamos aquí; sus palabras son verdaderas y no pueden fallar; antes se desplomarían los cielos y la tierra que olvidarse de nosotras. No le fallemos nosotras, y no tengáis miedo de que Él os falle. Y si alguna vez os fallare, será para vuestro mayor bien, como cuando martirizaban a los santos, para aumentarles la gloria por el martirio. Buen trueque sería acabar pronto con todo y gozar de la felicidad eterna.

Mirad, hermanas, que va mucho en esto, que por experiencia veo la gran ganancia que trae consigo. Cuando menos tenemos, más despreocupada estoy, y sabe el Señor que, a mi parecer, me da más pena cuando nos sobra que cuando nos falta, pues ya tengo visto nos lo da luego el Señor. Sería engañar al mundo otra cosa, hacernos pobres no siéndolo de espíritu, sino sólo en lo exterior. Esto equivaldría a pedir limosna siendo ricas, y quiera Dios no sea así, que donde hay esta preocupación de pedir donativos una y otra vez a los bienhechores, acabarán estos huyendo, o pedirán de lo que no tienen necesidad, tal vez a quien tiene más necesidad. Y aunque ellos no pueden perder nada sino ganar, nosotras saldríamos perdiendo. No permita Dios esto, mis hijas.

De ninguna manera os preocupéis por esto, os lo ruego por amor de Dios. Y la más chiquita, cuando esto vea alguna vez en esta casa, clame a Su Majestad y adviértaselo a la mayor. Dígale con humildad que va errada; y que poco a poco se perderá la verdadera pobreza. Yo espero en el Señor que no ocurrirá esto ni dejará a sus siervas.

Y crean, mis hijas, que para vuestro bien me ha dado el Señor a entender un poquito de los bienes que hay en la santa pobreza, y las que lo hayan probado lo entenderán. Es un bien que encierra todos los bienes del mundo. Es un señorío grande. Es señorear todos los bienes del mundo a quien no le importan nada. ¿Qué me importan a mí los reyes y señores, si no quiero sus dineros, ni tenerlos contentos si hubiese de desagradar a Dios en algo por su causa? ¿Qué me importan sus dignidades, si considero la gran dignidad de ser verdaderamente pobre?

Tengo para mí que las dignidades y el dinero casi siempre andan juntos, que quien busca ser apreciado del mundo que no aborrece el dinero, y que quien lo aborrece, que le importa poco el ser apreciado por él. Los que tratan de brillar en el mundo se preocupan de las riquezas y del dinero, pues es insólito que el mundo considere en algo al que ve que es pobre; antes, aunque sea muy honrado,

apenas le considera. La verdadera pobreza —la que se vive únicamente por Dios— no necesita de contentar a nadie sino a Él, y es de una dignidad mucho mayor. Y he visto por experiencia que cuanto más estamos despreocupadas de contentar a nadie, que más amigos tenemos.

Por amor del Señor son nuestras armas la santa pobreza, la cual mucho se estimaba y guardaba cuando se fundó nuestra Orden, que me han dicho que de un día para otro no guardaban nada. Y aunque tanta perfección en lo exterior no se guarde ahora, por lo menos en lo interior procuremos tenerla. Dos horas dura la vida, grandísimo es el premio; y aunque no hubiese ningún otro premio sino tan sólo cumplir lo que nos aconsejó el Señor, bien grande es la paga de poder imitar en algo a Su Majestad.

Esta pobreza ha de manifestarse de alguna manera en la casa, en el vestido, en las palabras y mucho más en el pensamiento. Y mientras esto guarden, no tengan miedo que decaiga el fervor de esta casa; que, como decía Santa Clara, grandes muros son los de la pobreza. De pobreza y humildad quería cercar sus monasterios. Y a buen seguro, si se viven de verdad estas dos virtudes, la honestidad y todas las demás virtudes saldrán mucho más fortalecidas que si habitasen en suntuosos edificios. Absténganse de estos edificios por amor de Dios, si no quieren que se esfume el fervor.

Muy mal parece, hijas mías, que con los donativos que nos dan los pobres, que se construyan grandes casas. No lo permita Dios, sino que sea la casa pobre en todo y chica. Parezcámonos en algo a nuestro Rey, que no tuvo casa, sino el portal de Belén donde nació, y la cruz donde murió. Casas eran éstas donde escaseaba el bienestar. Las ordenes religiosas que viven en casas grandes, lo harán por diversos motivos; llevan otras intenciones santas. Mas a trece pobrecitas cualquier rincón les basta. Si por el mucho encerramiento necesitamos de huerta y de algunas ermitas para poder retirarnos a orar, enhorabuena; mas nada de casas grandes y curiosas, ¡Dios nos libre! Recordad que todo ha de derrumbarse en el día del juicio; ¿qué sabemos si será presto?

Pues no está bien que una casa de trece pobrecillas, que tenga que hacer mucho ruido cuando se desplome, que los pobres verdaderos no hacen ruido. Si queréis que la gente sienta compasión por socorridos, vivid sin meter ruido. Gracias a vuestra pobreza, alguno se librará del infierno, por la limosna con que os socorrió. Alegraos mucho de ello y sentiros muy obligadas a rogar continuamente por vuestros bienhechores, pues os dan de comer. El Señor quiere que, aunque provenga de su parte, que también se lo agradezcamos a las personas por cuyo medio nos lo da; y en esto no haya descuido.

## Capítulo 3

*Rueguen siempre a Dios por los que trabajan por la Iglesia.*

Retorno al tema principal que dejé de lado, [el tema de las misiones y de los protestantes], por el cual el Señor nos juntó en esta casa y por lo que mucho deseo que sirvamos a Su Majestad. Viendo como se propagan tan grandes males y que las fuerzas humanas no bastan para atajarlos, pienso que debemos actuar como en tiempo de guerra, como si el Señor estuviese sitiado en una ciudad rodeada por un enemigo que se ha extendido por toda la tierra. El Señor hará muy bien en fortalecer esta ciudad, para atacar desde ella algunas veces al enemigo. Soldados escogidos son los que la habitan, y hacen mucho más ellos solos que si fuesen muchos pero cobardes. Estos soldados ganan muchas batallas; y aunque no lleguen a ganar la guerra, no se dejan vencer; porque no hay traidores entre ellos. Están dispuestos a morir de hambre, mas nunca a rendirse.

Supliquemos a Dios que de este castillo habitado por los buenos cristianos [la Iglesia] no se nos vaya ninguno con el enemigo, y que los capitanes de esta ciudad — los sacerdotes, religiosos y teólogos—, que progresen mucho en el camino del Señor. Y ya que nada valemos para ayudar a nuestro Rey, que procuremos vivir de tal manera que nuestras oraciones den el fruto esperado, en ayuda de estos siervos de Dios.

Quizás os preguntéis para qué encarezco tanto esto y para qué digo que debemos de ayudar a los que son mejores que nosotras. Puede ser porque no llegáis a entender lo mucho que debéis al Señor por haberos traído adonde tan libres estáis de negocios, ocasiones y trato del mundo. Grandísima merced es ésta; la que no tienen los predicadores y teólogos, ni está bien que se aparten del mundo, en estos tiempos menos todavía; porque tienen que ser los que animen a los cristianos flojos y débiles.

¡Imaginaros cómo acabarían los soldados si no hubiese capitanes! Estos capitanes tienen que vivir en el mundo, tratar con los hombres, estar en los palacios e incluso comportarse exteriormente de alguna manera como los demás. ¿Pensáis que se requiere poco para vivir en el mundo y tratar los negocios del mundo y hacerse, como he dicho, a la conversación del mundo, y ser en lo interior ajenos al mundo y enemigos de él, y estar como quien vive en destierro y, en fin, no ser hombres sino ángeles?

Porque si no viven así, no son dignos de llamarse capitanes, ni permita el Señor salgan de sus conventos, que más daño harán que provecho, porque no es tiempo ahora de mostrar imperfecciones los que han de enseñar. Y si no están fortalecidos en su interior considerando lo mucho que importa en tenerlo todo debajo de los pies, estando desasidos de las cosas que se acaban y asidos a las eternas, por mucho que lo quieran ocultar, no podrán evitar dar mal ejemplo. No

piensen que la gente les perdonarán ninguna imperfección. Muchas cosas buenas les pasarán por alto, y aun por ventura no las tendrán por tales; mas no las malas o imperfectas. Si a la gente se le habla de santidad, le parece que no tiene ninguna obligación de aspirar a ella, y muchos piensan que bastante ya hacen con guardar razonablemente los mandamientos. Sólo se fijan en los defectos de los sacerdotes y religiosos para condenarles, y con frecuencia lo que es virtud les parece relajación.

Así que no penséis que estos capitanes apenas necesitan del auxilio de Dios para meterse en esta gran batalla, sino grandísimo. Para dos cosas os pido que procuréis ser tales que merezcamos alcanzar este auxilio de Dios por nuestras oraciones: la primera, para que surjan muchos religiosos y cristianos apóstoles con las condiciones que se necesitan para serlo, y a los que no están muy dispuestos, los disponga el Señor; que más hará uno perfecto que muchos que no lo están. La segunda, que después de metidos en la batalla, que —como digo— no es pequeña, los tenga el Señor de su mano para que se libren de tantos peligros como hay en el mundo, y se tapen los oídos, en ese peligroso mar, para no dejarse seducir por el canto de las sirenas. Y si en esto logramos algo con el favor de Dios, estando aquí encerradas peleando por Él, por muy bien empleados daré los trabajos que he pasado por hacer este pequeño convento, en donde pretendí se guardase esta Regla de nuestra Señora y Emperadora con la perfección que se comenzó.

No os parezca inútil orar continuamente por esta intención. ¿Qué mejor intención que ésta? ¿Qué me importaría a mí tener que estar hasta el día del juicio en el purgatorio, con tal de que se salvase una sola alma? ¡Cuánto más si se salvaran muchas y si el Señor fuese más glorificado! De las penas que se acaban no hagáis caso cuando está por medio agradar en algo al que tanto pasó por nosotros. Siempre pensad en lo que es más perfecto, para gloria de Dios y bien de su Iglesia.

Confío, Señor mío, en estas siervas tuyas que aquí están, que no pretenden otra cosa sino contentarte. Por Ti han dejado lo poco que tenían, y quisieran haber dejado más para más agradarte. No eres desagradecido ni aborreciste, Señor, cuando andabas en el mundo a las mujeres, antes las favoreciste siempre con mucha piedad, y hallaste en ellas tanto amor y más fe que en los hombres. No hablo por mí, que ya conoce el mundo mi ruindad y yo me alegro que sea pública; sino porque veo los tiempos que corren, y no es razón para desechar ánimos virtuosos y fuertes, aunque sean de mujeres.

No nos escuches cuando te pidamos honores, dinero, o cosa que sepa a mundo; mas si es para honra de tu Hijo, ¿por qué no atenderás, Padre eterno, a quien estaría dispuesto a perder todo su prestigio y mil vidas por Ti? No por

nosotras, Señor, que no lo merecemos, sino por la sangre de tu Hijo y sus merecimientos.

¡Oh Padre eterno! mira que no son para olvidar tantos azotes e injurias y tan gravísimos tormentos. Pues, ¿cómo pueden sufrir unas entrañas tan amorosas como las tuyas que lo que se hizo con tan ardiente amor de tu Hijo y por más contentarte a Ti, que le mandaste nos amase, sea tenido en tan poco como hoy día tienen esos herejes el Santísimo Sacramento? No tuvo adonde reclinar la cabeza mientras vivió, y siempre estuvo con hartos trabajos, y ahora que quiere convidar a sus amigos por vernos flacos y necesitados de tal manjar, se lo quitan. ¿Siempre que volvemos a pecar lo ha de pagar este amantísimo Cordero? No lo permitas, Emperador mío. Apláquese ya Tu Majestad. No mires a nuestros pecados, sino a que nos redimió tu Hijo, a sus merecimientos y a los de su Madre gloriosa y a los de tantos santos y mártires como han muerto por Ti.

Ya que eres Dios de misericordia, atiende a mis deseos y a las lágrimas con que te lo suplico, y ten lástima de tantas almas como se pierden, favoreciendo a vuestra Iglesia. No permitas ya más daños en la cristiandad, Señor.

Os pido, hermanas mías, por amor del Señor, que me encomendéis en vuestras oraciones para que sea humilde. Ya que siendo santa la prelada es más fácil que lo sean las súbditas, por ello poned esta intención siempre delante del Señor. Y cuando vuestras oraciones y deseos y disciplinas y ayunos no se empleen en esto, pensad que no hacéis ni cumplís el fin para el que aquí os juntó el Señor.

## Capítulo 4

*La importancia que tiene guardar bien la Regla. Tres cosas importantes para la vida espiritual. La primera de estas: el amor al prójimo. Lo que dañan las amistades particulares.*

Ya, hijas, habéis visto la gran empresa que pretendemos ganar. Hemos de trabajar mucho para lograrlo, y para esto ayuda mucho tener altos deseos, para que nos esforcemos a que nuestras obras también lo sean. Procuremos guardar cumplidamente nuestra Regla y Constituciones con gran cuidado, y espero en el Señor admitirá nuestros ruegos; que no os pido cosa nueva, hijas mías, sino que vivamos con perfección nuestra vocación, pues a esto estamos llamadas y obligadas.

Dice nuestra primera Regla que oremos sin cesar. Con que hagamos esto con todo el cuidado que podamos, que es lo más importante, no se dejarán de cumplir los ayunos y disciplinas y silencio que manda la Orden. Porque ya sabéis que para que sea la oración verdadera se ha de ayudar de esto; que no se puede llevar bien vida cómoda y oración al mismo tiempo.

Me habéis pedido que os diga alguna cosa sobre esto de la oración. Antes de nada diré algunas cosas necesarias que deben vivir las que pretenden llevar camino de oración, y tan necesarias que, aunque no tengan muchas dotes contemplativas, si las viven podrán adelantar mucho en el servicio del Señor; y por el contrario, es imposible, si no las viven, que sean muy contemplativas, aunque piensen que lo son.

Mucho nos conviene el vivir estas cosas si queremos tener la paz que tanto nos encomendó el Señor, tanto interior como exterior. Son tan sólo tres cosas. La primera de ellas es el amor que debéis tener unas para con las otras; la segunda, el desasimiento de todo lo criado; la última, la verdadera humildad, que aunque la diga al final, es la principal y las abraza a todas.

En cuanto a la primera, que debemos amarnos mucho unas a otras, importa muchísimo; porque no existe cosa enojosa que no puedan pasar fácilmente los que se aman, y recia cosa ha de ser cuando dé enojo. Si este mandamiento se guardase en el mundo, mucho ayudaría para guardar los demás; mas nunca acabamos de guardarlo con perfección.

Aquí hace el demonio muchos enredos, como cuando suscita que se tengan amistades particulares, porque poco a poco quitan la fuerza a la voluntad para que del todo se emplee en amar a Dios. En mujeres creo se da más que en los hombres, y hace mucho daño a la comunidad, porque de aquí nace el no amarse todas por igual, el sentir el agravio que se hace a la amiga, el desear tener para regalarla, el buscar tiempo para hablarla y manifestarle nuestro cariño y otras cosas incompatibles que con el entregarse del todo a Dios. Porque estas amistades particulares pocas veces están ordenadas a ayudarse a amar más a Dios, antes creo las induce el demonio para hacer bandos en las comunidades.

Aquí todas han de ser amigas, todas se han de amar, todas se han de querer, todas se han de ayudar. Guárdense de estas amistades particulares, por amor del Señor, por santas que sean, que suelen ser venenosas y ningún provecho veo en ellas; y si son parientes, mucho peor, ¡es una peste! Y créanme, hermanas, que aunque os parezca que exagero, si viven este consejo hallarán gran perfección y paz, y evitarán muchas ocasiones a las que no están muy fuertes. No nos dejemos dominar por la simpatía cuando la voluntad se incline más a una que a otra, que no podrá ser menos, pues es natural que así sea (sobre todo si la persona tiene ciertas cualidades naturales). Amemos las virtudes interiores y a las almas, y no hagamos caso de sus dones naturales.

No consintamos, hermanas, que sea esclava de nadie nuestra voluntad, sino del que la compró por su sangre. Miren que, sin entender cómo, se hallarán prisioneras que no se podrán valer. Las niñerías que vienen de aquí son incontables. Y porque son tan menudas que sólo las que lo ven lo entenderán y

creerán, no hay para qué decirlas aquí, más sabed que a cualquiera le hará daño y a la prelada mucho más.

Para poder cortar estas amistades particulares habrá que poner gran cuidado desde el primer momento en que se comiencen a sentir; para esto ayudará más la experiencia y el amor que el rigor. Será bueno no estar juntas sino las horas señaladas, también el evitar hablarse a solas. Para esto ayuda mucho el no estar juntas, como manda la Regla, sino cada una apartada en su celda. Eviten el tener una habitación para trabajar en común porque, aunque pueda ser una cosa buena, con más facilidad se guarda el silencio cada una estando sola, y acostumbrarse a la soledad es muy provechoso para la oración; y pues ésta ha de ser el cimiento de esta casa, preciso será que nos aficionemos a lo que más nos ayuda.

Volviendo a la obligación de amarnos unas a otras, parece superfluo el recomendarlo, porque ¿puede haber gente tan bruta que viviendo con compañía y no teniendo más trato con otras personas fuera de casa, que sabiendo que Dios las ama y ellas a Él, pues por su causa lo han dejado todo, que no se tengan amor unas a otras? Sobre todo teniendo en cuenta que la virtud invita al amor; y ésta, con el favor de Dios, espero que se dé siempre en esta casa. Así que en esto no hay que encomendar mucho, a mi parecer.

De cómo ha de ser este amor y qué cosa es amor virtuoso —el que deseo que haya aquí— y en qué veremos si tenemos esta virtud, que es bien grande, pues nuestro Señor tanto nos la recomendó, de esto querría yo hablaros un poco.

Hay dos tipos de amor: uno es puramente espiritual, porque para nada está influido por la sensualidad o la simpatía de nuestra naturaleza, de manera que quite su pureza; otro es espiritual pero mezclado con algo de nuestra sensualidad y fragilidad; es un amor lícito, como el que se tienen los familiares y amigos. De éste último ya he dicho algo.

El amor espiritual, en el que no interviene ninguna pasión, es provechoso tenerlo con personas virtuosas, especialmente con los confesores, para lo cual hay que actuar con templanza y discreción; mas cuando se mezcla con alguna pasión, todo se trastorna. Cuando vean en el confesor algún signo de vanidad, ténganlo por sospechoso, y en ninguna manera conversen con él, aunque traten de temas espirituales, sino confiésense con él con brevedad y concluyan. Y lo mejor sería dar cuenta de ello a la prelada, que no es provechoso para su alma, para que le cambien de confesor. Esto es lo más acertado.

Miren que va mucho en esto, pues es peligroso y puede resultar un infierno y un daño para todas. Y digo que no esperen a que el mal se agrande, sino que lo atajen desde el principio por todos los medios posibles. No permita el Señor que personas entregadas a la oración que tengan afición sino a quien sea muy siervo de Dios. Si no lo es, si no hace oración ni aspira a la perfección, no entenderá

vuestro lenguaje y no será muy aficionado a hablar de Dios, y no le podrán amar, porque no tendrá las mismas aficiones. Además, un confesor así no dará importancia a los pequeños detalles de vuestra vida, que tanto os ayudan para encaminaros a la santidad. Dios os libre, de cosas semejantes.

La importancia de los buenos confesores.

## Capítulo 5

La primera piedra sobre la que debe sustentarse esta casa debe ser la de la recta conciencia, el tratar con todas vuestras fuerzas de libraros aun de los pecados veniales y de seguir el camino más perfecto. Parecerá que esto cualquier confesor lo sabe, y no es verdad. A mí me acaeció tratar con uno cosas de conciencia, y me hizo harto daño en cosas que me decía no eran nada; aunque no pretendía engañarme.

En tener verdadera luz para guardar la ley de Dios con perfección está todo nuestro bien. Sobre esta luz asienta bien la oración. Sin este fuerte cimiento, todo el edificio se construye en falso.

Variados son los caminos por donde lleva Dios y no por fuerza los conocerá todos un confesor. Yo os aseguro que no os faltarán personas santas que quieran trataros y aprovechar vuestras almas, si sois las que habéis de ser, aunque seáis pobres; que el que os sustenta los cuerpos sabrá iluminar y poner voluntad para dar luz a vuestras almas.

## Capítulo 6

*El amor perfecto.*

Tornemos ahora al amor puro espiritual que nos debemos tener. Cuando Dios lleva a un alma a un claro conocimiento de lo que es el mundo, y de que hay otro mundo, y de la diferencia que hay de lo uno a lo otro —que uno es eterno y el otro pasa como un sueño—, o de qué cosa es amar al Creador o a la criatura, o de qué se gana con lo uno y qué se pierde con lo otro, y qué cosa es el Creador y qué cosa es la criatura, y otras muchas cosas que el Señor enseña a quien se deja enseñar en la oración, ciertamente esta persona amará de forma muy diferente que los que no tienen este conocimiento. Estas almas de todo se enseñorean y no se contentan con amar algo tan ruin como estos cuerpos, por hermosos que sean y por muchas cualidades naturales que tengan, aunque puedan alabar por ellas al Creador. No se detienen en estas cualidades naturales hasta el punto de que por ellas les tengan amor; pues si así fuese les parecería

que aman algo que no merece ser amado y se avergonzarían entonces de decir a Dios que le aman.

Me diréis: «personas así no sabrán corresponder al afecto que se les tenga». Al menos, les importa muy poco que se lo tengan, pues aunque es natural que algunas veces se gocen de verse amadas, cuando recapacitan en sí mismas se dan cuenta que es un disparate si este amor no aprovecha a su alma. Estos afectos les cansan porque entienden que no sólo no les aprovecha sino que les puede hacer daño a sus almas, aunque no se lo dejen de agradecer y las encomienden a Dios. Por ello abandonan estos afectos en las manos del Señor, pues entienden que vienen de allí, porque por sí mismas no les parece que sean merecedoras de ser amadas. De esta manera les parece que son queridas porque las quiere Dios, y dejan a Su Majestad que se lo pague a estas personas y así se lo suplican, y con esto quedan libres de todo apegamiento.

Noten que cuando aspiramos a ser amados de alguna persona siempre buscamos algún interés de provecho o contento nuestro. Mas las personas que aspiran a la perfección están por encima de todos los bienes y regalos que el mundo les pueda hacer, no se gozan en nada, aunque quieran, que no sea Dios o que no esté relacionado con Él. Pues sino, ¿qué provecho les puede traer el verse amados?

El alma que se ha apropiado de esta verdad, de sí misma se ríe por las penas que a veces pasa por saber si sus amores serán correspondidos o no. Ciertamente es natural que queramos ver correspondidos nuestros amores lícitos. Pero aunque sean correspondidos, vemos que de ello nada nos queda, que todo es aire y sin consistencia, que se lo lleva el viento. Porque incluso cuando mucho nos hayan querido, ¿qué es lo que nos queda? Así que a estas almas les da igual verse queridas o no, excepto cuando se trata de las personas que las ayudan a alcanzar los bienes eternos, porque está hecho nuestro natural de tal forma que si no les sentimos algo de amor enseguida nos cansamos y las perdemos.

Pensaréis que estas almas no quieren a nadie y que no conocen otra cosa, sino a Dios. Todo lo contrario, aman mucho más y con más verdadero amor, y con más pasión y más provechoso amor: en fin, con auténtico amor. Estas almas están mucho más aficionadas a dar que a recibir; y aun con el mismo Creador les acaece esto. Este es el auténtico amor y no esas otras afecciones bajas que le han usurpado el nombre.

También os parecerá, que si no aman a las personas que ven, que ¿a quién aman? Verdad es que aman a las personas que ven; mas en lo que ven que pueda ser estable y duradero. Es decir, cuando se disponen a amar a alguien, pasan por encima de su apariencia y cualidades naturales, y ponen los ojos en su alma, y miran si hay algo que sea merecedor de ser amado o si no lo hay. Y si ven que en ella existe algún indicio que pueda ser aprovechable, es decir, de que

alberga alguna disposición buena que pueda dar fruto espiritual, no les dolerá trabajar por su bien; ninguna cosa que se les ponga delante dejarán de hacerla de buena gana por el bien de aquella alma. Pero si esa alma para nada ama a Dios, y no atesora ningún bien espiritual, de nada servirá que se la ame y trabaje por ella, porque no durará este amor y saben que es imposible. Y digo que es imposible, por más cualidades naturales que tenga, por más que trate de persuadirla y se muera queriéndola y le haga todas las obras buenas que pueda. Ya sabe y tiene experiencia de lo que es todo, y no se engaña. Ve que no coinciden en lo principal, y que es imposible que este amor mutuo dure, porque es amor que se ha de acabar con la vida si el otro no guarda los mandamientos y ama al Señor, y entiende que han de ir a diferentes partes en la otra vida.

Y un alma de éstas, a quien el Señor ha infundido verdadera sabiduría, no estima en más de lo que vale el amor que sólo acá dura. Aunque este amor algo valga para los que viven según el mundo —los que gustan de sus placeres, honores y riquezas—, sobre todo cuando la persona a quien se ama es rica, simpática o entretenida; mas quien todo esto aborrece ya, poco o nada se le importará. Y si la ama, toda su intención la pondrá en que ame a Dios; porque, como digo, sabe que de lo contrario no ha de durar este amor. Es un amor desinteresado, porque no deja de hacer todo lo que puede para que se aproveche espiritualmente. Perdería mil vidas por beneficiarla en algo en este sentido. ¡Oh precioso amor, que va imitando al capitán del amor, Jesús, nuestro bien!

## Capítulo 7

### *Algunos avisos para lograr este amor espiritual*

Sorprende ver cuán apasionado es este amor espiritual, cuántas lágrimas, penitencias y oraciones cuesta, con que cuidado hay que encomendarla a Dios a la otra persona, y cómo no se queda una tranquila hasta que no la ve que va aprovechando. Pues si le parece que va aprovechando y de pronto ve que torna hacia atrás, nada le satisface; no come ni duerme por ello (aunque mantenga la paz interior), siempre temerosa de que el alma que tanto quiere se pueda perder, y de que se puedan separar para siempre. Para nada teme la muerte de acá, pues no quiere asirse a cosa que ve que en un soplo se le va de entre las manos. Es un amor desinteresado. Todo lo que desea y quiere es que aquella alma se enriquezca de los bienes del cielo. Esto es amar de verdad, y no estos querer desventurados de acá, y no me refiero a los ilícitos, que de éstos Dios nos libre. (De estos amores ilícitos, tan perniciosos, no consintamos que en nada se hable entre nosotras. Nunca nos hará bien conversar sobre estos amores, que nos puede hacer daño incluso con sólo oírlo.)

Cuando hablo de estos querer desventurados, me refiero a esos otros amores lícitos que nos tenemos unas a otras, o a los amores que tenemos a los familiares y amigas. Toda nuestra pretensión está en que no se nos muera la persona: si le duele la cabeza, parece nos duele el alma; si le vemos con trabajos, perdemos la paz; todo de esta manera.

Esto no ocurre cuando hay verdadero amor espiritual. Aunque por nuestra flaqueza natural nos afecte en principio que sufra en algo, luego la razón mira si resulta bueno para aquella alma, y si se enriquece más en virtud, rogamos a Dios que la dé paciencia y que merezca en los trabajos. Si ve que la tiene, ninguna pena siente, antes se alegra y consuela; bien que lo pasaría misma de mejor gana que vérselo pasar a ella, si el mérito y ganancia que hay en el padecer pudiese todo dársele, mas no para que se inquiete ni desasosiegue.

Imita con este amor al que nos tuvo el buen amador Jesús; y así aprovecha tanto, porque no querría sino abrazar todos los trabajos, y que los otros sin trabajar se aprovecharan de ellos. Así gana muchas amistades. No soporta tratarlas con doblez, porque si las ve que se desvían del buen camino, enseguida se lo dice, lo mismo que algunas faltas. No puede hacer otra cosa. Y como las trata con sinceridad, sin disimular nada, no buscando agradar, o sus amistades se enmiendan o acaban apartándose de ella. Le importa mucho saber si sus amistades sirven a Dios o no. Hasta sufre por sus pequeños defectos, esas pequeñas motitas, bien pesada cruz.

Esta manera de amar es la que me gustaría que nos tuviésemos nosotras. Empecemos por tener delicadezas en el trato con las demás, las cuales aunque puedan parecernos tiernas, no dañan si se tienen con todas en general. Es bueno y necesario algunas veces manifestar nuestra ternura en el amor, y compadecerse de los trabajos y enfermedades de las hermanas, aunque sean pequeños; pues a veces ocurre que una carga liviana causa gran pesar en una, lo que a otra apenas le causaría trabajo, y hay personas que por naturaleza se afligen grandemente por bien pequeñas cosas. Si a ti te pasa lo contrario, no dejes de manifestar compasión por tus hermanas; pues a lo mejor quiere nuestro Señor preservarte de esas penas, mientras que las tienes en otras cosas. Así que no juzguemos en esto de los trabajos y tampoco nos creamos mejores en el tiempo en que por ventura el Señor nos ha hecho más fuertes sin mérito propio, sino pensemos en el tiempo en que fuimos más débiles.

Es muy importante tener esto en cuenta para poder compadecerse de los trabajos del prójimo, por pequeños que sean. En especial es muy necesario este aviso a las almas espirituales, pues éstas, como desean trabajar por Dios, todo se les hace poco; deben considerarse como eran en los tiempos en que estaban débiles y pensar que si no lo es ahora, no lo es por mérito propio; porque podría por aquí el demonio ir enfriando la caridad con el prójimo y darnos a entender que

es perfección lo que es falta. En todo es menester estar alerta, pues el demonio no duerme, sobre todo en las que van más adelantadas en el camino de la perfección. En estas almas el demonio tienta disimuladamente, pues no se atreve a otra cosa, y el alma no se ve el daño que le ha causado hasta que está ya hecho, si —como digo— no se tiene cuidado. En fin, que es menester siempre velar y orar, pues no hay mejor remedio para poder descubrir estas tentaciones disimuladas.

Manifestad vuestra alegría en pasar con vuestras hermanas el rato de recreación, aunque no se haga como os gustaría, pues yendo con recta intención todo es amor perfecto. Si es muy bueno que os preocupéis de las necesidades de las demás, mirad que no sea faltando a la discreción en cosas que vayan contra la obediencia. Aunque os parezca áspero lo que mande la priora, no lo manifestéis ni lo deis a entender a nadie, si no fuere a la misma priora con humildad, pues de lo contrario haríais mucho daño. Sentid mucho cualquiera falta notoria que veáis en la hermana. En esto se muestra y ejercita mucho tu amor si lo sabes llevar con paciencia y no te espantas de sus faltas, pues los mismo harán las demás sobre las que tengas tú, que siempre son muchas más de las que tú piensas. Encomienda mucho a Dios a tu hermana, y procura hacer con gran perfección la virtud contraria a la falta que te parece ver en ella. Esfuérate en lograr esto, para que enseñes a la otra con tus obras lo que seguramente no admitirá si se lo dices. Y esto de hacer una lo que ve resplandecer de virtud en la otra, pegase mucho.

¡Qué bueno y verdadero amor manifiesta la hermana que está dispuesta a servir a todas, dejando su interés por el de las otras, yendo muy adelantada en todas las virtudes y guardando con gran perfección la Regla! Mayor amor les manifiesta con ello que con todas las palabras cariñosas que les pueda decir. No digáis tales palabras en esta casa, tal como «mi vida», «mi alma», «mi bien», y otras cosas parecidas que se dicen con acepción de personas, a unas diciendo una cosa y a las otras otra. Dejad estas palabras regaladas para decírselas a vuestro Esposo, pues como mucho tiempo pasan con Él a solas, de todo se han de aprovechar. Si las emplean con otras no le enternecerán tanto al Señor cuando se las digan. Esta mala costumbre es muy de mujeres y no querría yo, hijas mías, lo fueseis en nada, ni lo parecieseis, sino varones fuertes.

También demuestra mucho amor la que procura aminorar el trabajo de las demás tomándoselo para sí —sobre todo en los oficios de la casa—, y también el alegrarse y alabar mucho al Señor por el acrecentamiento que vea en sus virtudes. Todas estas cosas, aparte del gran bien que traen consigo, ayudan mucho a estar en paz y conformidad con la comunidad. Quiera el Señor lleve esto adelante, porque sería terrible que sucediese lo contrario, que siendo como sois, pocas, que os llevaseis mal. No lo permita Dios.

Si se os escapa de repente alguna palabrilla de estas que divide a la comunidad, poned remedio pronto y haced gran oración. Y en cualquiera de estas cosas, de hacer grupitos o bandos, o deseo de ser más, o mostrar puntitos de honra –el principal mal de los monasterios–, cuando se hiciese costumbre, dense por perdidas. Piensen y crean que han echado a su Esposo de casa y que le empujan a tener que buscar otra posada, pues le echan de su propia casa. Clamen a Su Majestad y procuren poner remedio. Porque, si no se remedia con la confesión y comunión frecuentes, teman si hay algún Judas.

Mire mucho la priora, por amor de Dios, en no dar lugar a esto, cortándolo en sus principios, que aquí está todo el daño o remedio; y si conoce cuál es la causante del alboroto, procure que se vaya a otro monasterio. Echen de sí este veneno. Corten como puedan las ramas. Y si esto no basta, arranquen la raíz. Y cuando esto no fuese posible, no salga de la cárcel la culpable: más vale esto que contagiar a todas peste tan incurable. Más preferiría que se incendiase el convento.

Ámense tiernamente, sin particularismos, para que no tengan motivos para que surjan discordias.

## Capítulo 8

*El gran bien que es desasirse, interior y exteriormente, de todo lo creado.*

Ahora tratemos del desasimiento que tenemos que vivir, porque en esto está todo, si es perfecto. Aquí digo está todo, pues abrazándonos únicamente al Creador y no teniendo en nada a todo lo creado, Su Majestad infundirá de tal manera las virtudes, que trabajando nosotras poco a poco lo que depende de nosotros, no tendremos mucho más que pelear, que el Señor saldrá en nuestra defensa contra los demonios y contra todo el mundo.

¿Pensáis que es poco el procurar este bien de entregarnos todas del todo al Todo sin hacerlo por partes? Y pues en Él están todos los bienes, alabémosle mucho, pues nos juntó aquí donde no nos importa otra cosa. Aunque confieso que soy la más imperfecta en todas las virtudes; y lo que digo es más fácil de escribir que de obrar.

En cuanto a lo exterior, gran merced nos ha hecho el Señor por traernos aquí, tan apartadas del mundo, para que fuésemos una. Me parece que nos quiere el Señor apartar de todo a las que aquí nos trajo, para llegarnos más sin dificultad a Sí. Lo que os pido mucho es que la que vea que no está dispuesta a vivir lo que aquí se acostumbra, que lo diga. Otros conventos hay donde también puede servir muy bien al Señor. No turben a estas poquitas que aquí Su Majestad ha juntado. En otras partes hay libertad para conversar con familiares; aquí, si algunos admitimos al locutorio, es para poder ayudarlos. Mas la monja que desee tratar

con sus familiares para su consuelo, si estos no son espirituales, téngase por imperfecta; crea que no está desasida, no está sana, que no tendrá libertad de espíritu ni entera paz, necesita de médico, y si no sana de esto, no es para esta casa.

El remedio que veo mejor para curar de esta enfermedad es que lo alcance del Señor con mucha oración y que no vea a sus familiares hasta que se vea libre de este apego. Cuando sienta que el tratar con los familiares le resulta una cruz y no un consuelo, ya puede verlos, que entonces podrá hacerles bien y no dañarse a sí misma, mas si le duelen mucho sus penas y escucha sus avatares mundanos de buena gana, crea que se hace daño a sí misma y a ellos no les hará ningún provecho.

## Capítulo 9

*El gran bien que se sigue de huir de los familiares los que han dejado el mundo, y cuán más verdaderos amigos hallan.*

¡Cuánto huiríamos de nuestros familiares si entendiésemos las religiosas el daño que nos viene de tratar mucho con ellos! Yo no entiendo qué consolación puede haber en tratarlos, no sólo en lo que toca a Dios, sino en lo que respecta al sosiego y descanso del alma. De sus diversiones no podemos ni nos es lícito gozar, pero sí sentir sus trabajos; nos duelen todos ellos, y algunas veces incluso más que a ellos mismos. En verdad, si nos dejan algún consuelo, bien caro lo paga el espíritu. De este trato frecuente estáis aquí impedidas, pues como todo es en común y a ninguna os pueden hacer un regalo de forma particular, sino en general a toda la comunidad, quedáis libres de tener que contentarlos por eso.

Espantada estoy del daño que hace el tratarlos; no creo lo creerá sino quien tenga experiencia de ello. No sé yo qué es lo que dejamos del mundo las que decimos que todo lo dejamos por Dios, si no nos apartamos de lo principal, que son los parientes. Llega la cosa a tanto que tienen por falta de virtud el no querer tratarlos mucho, e incluso alegan razones.

En esta casa, hijas, poned mucho empeño en encomendarlos a Dios, lo que es de sentido común; en lo demás, apartarlos de la memoria lo más que podáis, porque es natural que se nos pegue a ellos más nuestra voluntad que a las otras personas.

Sed cariñosas con vuestros padres (que nada dejan de hacer por los hijos) y con vuestros hermanos, mientras no se resienta vuestra vocación, que con desasimiento se puede hacer. Del resto de los familiares tengo por experiencia cuando me he visto en trabajos, que son los que menos me han ayudado; los siervos de Dios, sí.

Creed, hermanas, que sirviendo al Señor como es debido, que no hallaréis mejores familiares que los que Él os envíe. Fiaros de los que únicamente os quieran por amor de Dios, más que de todos vuestros familiares. Estas personas nunca os faltarán; y en quien no pensáis, hallaréis padres y hermanos. Sin embargo, los que pretenden que les paguemos sus favores, como nos ven pobres y que nada les podemos dar, pronto se cansan. Y aunque de esto no se pueda generalizar, es lo que con más frecuencia sucede.

Debemos huir del mundo tal como nos aconsejan los santos. Y los familiares es lo más que se nos pega del mundo y lo más difícil de desapegar. Por eso hacen bien los que se alejan de ellos trasladándose a otros lugares, mientras el alma se abraza con determinación con el buen Jesús, Señor nuestro, y como allí lo halla todo, se olvida de todo. Gran ayuda es está, el apartarnos de ellos hasta que estemos totalmente afianzados en el seguimiento de Cristo; que después podrá ser que quiera el Señor, por darnos cruz en lo que solíamos tener gusto, que tratemos de nuevo con ellos.

## Capítulo 10

*No basta desasirse de los familiares, si no nos desasimos de nosotras mismas. La virtud del desasimiento va unida a la humildad.*

Después de habernos desasido del mundo y de los familiares, estando encerradas aquí, ya parece lo tenemos todo hecho y que no tenemos que pelear con nada. ¡Oh hermanas mías!, no lo creáis ni os echéis a dormir, que es como el que se acuesta tranquilo después de haber cerrado muy bien sus puertas por miedo a los ladrones, y los tiene dentro de casa. Y no hay peor ladrón que nosotras mismas, que si cada una no pone gran empeño —como el negocio más importante de todos— en contradecir continuamente su propia voluntad, muchas cosas le quitarán la libertad de espíritu, y no podrá volar a su Creador sin ir cargada de tierra y de plomo.

Para poder quitar el afecto de las cosas transitorias y fugaces y ponerlo en lo que nunca se ha de acabar, ayuda mucho el traer continuamente al pensamiento la vanidad de lo que es todo y cuán presto se acaba. Y aunque no lo parezca, fortalece mucho al alma. Pongamos gran cuidado en las cosas pequeñas, y en cuanto nos apeguemos a alguna, procuremos apartar el pensamiento de ella y volverlo a Dios, que Él nos ayudará.

Nos ha hecho la gran merced de traernos a esta casa, donde gran parte del trabajo está hecho; mas queda desasirnos de nosotras mismas e ir contra nuestra propia voluntad, lo cual es recia cosa, porque nos amamos mucho.

Aquí entra la verdadera humildad, porque esta virtud y la virtud del desasimiento me parece andan siempre juntas. Son dos hermanas que no se

pueden separar. De estas hermanas nunca quisiera se apartarán sino que se abrazasen a ellas, las amasen y nunca estuviesen sin ellas. ¡Oh soberanas virtudes, señoras de todo lo creado, emperadoras del mundo, libradoras de todos los lazos y enredos que pone el demonio, tan amadas de nuestro maestro Jesucristo, que nunca estuvo un momento sin ellas! Quien las posea, bien puede salir y pelear con todo el infierno y contra todo el mundo y sus ocasiones. No tenga miedo de nadie, que suyo es el reino de los cielos. No tiene a quién temer, porque nada le importa que pueda perderlo todo ni lo tiene por pérdida; sólo teme desagradar a su Dios, y por eso le suplica que la afiance en estas virtudes para que no las pierda por su culpa.

Verdad es que estas virtudes tienen tal propiedad, que se esconden de quien las posee, de manera que nunca las ve ni acaba de creer que las tiene, aunque se lo digan; mas las valora tanto, que siempre anda procurando tenerlas y perfeccionándose en ellas sin darse cuenta, irradiándolas a su alrededor.

Gran desatino es que me ponga yo a alabar la humildad y mortificación, habiendo sido tan alabadas del Rey de la gloria y tan confirmadas con tantos trabajos suyos. Pues, hijas mías, este es nuestro trabajo, trabajar por salir de la tierra de Egipto, que al hallar estas virtudes, hallaréis el maná; entonces todas las cosas os sabrán bien, y por mal que les sepan a los que tienen el gusto del mundo, os sabrán dulces.

Por tanto, lo primero que hemos de procurar es quitar de nosotras el amor de este cuerpo, que somos algunas tan regaladas de nuestro natural y tan amigas de nuestra salud, que gran guerra nos dan y mucho tendremos que esforzarnos en esto. Porque algunas monjas no parece que venimos a otra cosa al monasterio sino a procurar no morirnos. Cada una lo procura como puede. Es verdad que aquí pocos recursos tenemos para procurarlo, mas me gustaría que ni siquiera lo deseásemos. Determinaos, hermanas, que venís a morir por Cristo, y no a regalaros por Cristo; que esto sugiere el demonio, que debemos procurar la salud para llevar y guardar la Regla; y tan bien se quiere procurar, que cuando llega la muerte no se ha cumplido un mes enteramente la Regla, ni siquiera un día. Si esto es lo que buscamos, no sé para qué venimos al monasterio.

No teman que nos falte discreción en esto, ni teman como los confesores que nos vamos a matar con tanta penitencia. Nos preocupamos tanto de conservar la salud, que ojalá pusiésemos el mismo empeño en todo lo demás.

Tengo para mí a la que procura tanto conservar la salud, que el Señor la deja más enferma; al menos a mí me hizo esta merced, porque como me iba a cuidar tanto para conservarla, que al menos fuese por algún motivo.

Pues es cosa graciosa lo que ocurre a las andan con este tormento que ellas mismas se dan, que algunas veces les da un deseo tan grande de hacer penitencias sin camino ni concierto, que tan sólo aguantan dos días, a manera de

decir. Después el demonio les sugiere en su imaginación que les ha hecho daño a su salud; de esta forma les mete miedo para hacer cualquier penitencia y no se atreven después ni a cumplir las que manda la Regla, pues ya lo probaron. No observamos las cosas más pequeñas que manda la Regla —como el silencio, que no nos ha de hacer mal— y apenas nos imaginamos que nos duele la cabeza, que dejamos de ir al coro, —que tampoco nos mata—, un día porque nos dolió, y otro porque nos ha dolido, y otros tres porque no nos duela. Y queremos inventar penitencias a nuestro antojo para que no podamos hacer lo uno ni lo otro. Y muchas veces aun siendo el malestar tan pequeño, nos parece que estamos obligadas a no hacer nada, y con pedir permiso para no hacerlo nos parece que hemos cumplido y nos quedamos tranquilas.

Diréis ¿que por qué da la priora el permiso? Si supiese lo que ocurre por dentro, por supuesto que no lo daría; mas como le haces ver tu necesidad y no falta un médico que apoye su propuesta o una amiga o familiar que la compadezca, ¿qué ha de hacer? Queda con escrúpulo si falta a la caridad. Quiere más que faltes tú que ella, y no le parece justo juzgarte mal.

Estas cosas puede ser que os pasen alguna vez, y para que os prevengáis de ellas las pongo aquí. Porque si el demonio nos comienza a amedrentar con que nos faltará la salud, nunca haremos nada. El Señor nos dé luz para acertar en todo, amén.

## Capítulo 11

*La mortificación que suponen las enfermedades.*

Cosa imperfecta me parece, hermanas mías, este quejarnos siempre de livianos males; si podéis sufrirlo, no lo hagáis. Cuando es grave el mal, él mismo se queja; es otro quejido y pronto se manifiesta. Mirad que sois pocas, y si una tiene esta costumbre de quejarse por pequeñeces, es para traer fatigadas a todas, si os tenéis amor y hay caridad. La que esté enferma que lo esté de verdad, que lo diga y tome lo necesario para curarse. Cuando existen motivos, sería mucho peor no decirlo.

Mas de flaquezas y malecillos de mujeres, olvidaros de quejaros, que algunas veces pone el demonio en la imaginación esos dolores, los cuales tan pronto vienen como se van. Si no perdéis la costumbre de quejaros de todo, siempre pareceréis enfermas. Porque este cuerpo tiene una falta, que mientras más le regalan, más necesidades descubre. Es cosa extraña lo que quiere ser regalado; y como siempre tiene algo que no marcha bien, por poco que sea, engaña a la pobre del alma para que no mejore.

Acordaos de los pobres enfermos que no tienen a quien quejarse. Mas ser pobre y al mismo tiempo ser regalada, no se compagina. Acordaos también de

muchas casadas enfermas de graves males, que por no dar enfado a sus maridos, no se atreven a quejarse, y así pasan grandes trabajos. ¿Y pensáis que venimos aquí a ser más regaladas que ellas?. Ya que os habéis librado de los grandes trabajos del mundo, sabed sufrir un poquito por amor de Dios sin que lo sepan todos. Pues si una esposa con graves trabajos y enfermedades, porque no lo sepa su marido, no lo dice y se queja, pasando muy malos ratos sin poder desahogarse, ¿no pasaremos algo nosotras, sin que lo sepa más que Dios, de los males que nos da por nuestros pecados? ¡Cuánto más si una nonada lo que sufrimos!

En todo esto que he dicho, no trato de las graves dolencias, como cuando hay fiebre alta, sino de los malecillos que se pueden pasar de pie. Porque por una que pasa quejándose de sus pequeñas molestias, llega la situación a empeorarse tanto que pierden unas por otras, y cuando se queja otra, aunque sea muy sufrida, no la cree nadie, por graves males que tenga, por haber visto a otras con tan poco males quejarse tanto.

Acordémonos de nuestros santos Padres ermitaños de la Orden, cuya vida pretendemos imitar: ¡qué no pasarían de dolores estando solos, y de fríos, de hambre y calor, sin tener a quién quejarse sino a Dios. ¿Pensáis que eran de hierro? Pues tan delicados eran como nosotras. Y creed, hijas, que comenzando a vencer estos corpezuelos, no nos cansan tanto. Despreocuparos de vosotras, si no fuere por una grave necesidad. Si no nos determinamos a tragar de una vez la muerte y la falta de salud, nunca haremos nada.

No temáis la muerte, y abandonaros en Dios, venga lo que viniere. ¿Qué importa que muramos? Si tantas veces nos ha engañado este cuerpo, ¿no nos burlaremos alguna vez de él? Y creed que esta determinación de tragar la falta de salud importa más de lo que pensamos; porque si poco a poco nos determinamos a ello, con el favor del Señor, quedaremos señoras del cuerpo. Pues vencer a tal enemigo, es una gran ayuda para poder pasar la batalla de esta vida. Hágalo el Señor, que bien puede. No sabe que clase de victoria es está sino quien ya la goza, la cual es tan grande que nadie sentiría pasar los trabajos que fuesen necesarios por quedar con este sosiego y señorío.

## **Capítulo 12**

*De cómo el verdadero amador de Dios ha de tener en poco la vida y el deseo de ser estimado.*

Vamos a otras cosas que también importan harto, aunque parezcan menudas. Arduo trabajo parece todo, y con razón, porque es guerra contra nosotros mismos; mas comenzándose a trabajar, obra Dios tanto en el alma y le concede tantas gracias, que todo parece poco cuanto se puede pasar en esta vida. Las religiosas

que hacemos lo más, que es dar la libertad por amor de Dios poniéndola bajo la obediencia, y que pasamos tantos trabajos, ayunos, silencio, encerramiento, que por mucho que nos queramos regalar no lo podemos hacer más que raramente, ¿por qué entonces nos detenemos en mortificar nuestro interior, pues en ello está el que sea todo lo demás mucho más meritorio y perfecto, y que lo vivamos con más suavidad y descanso? ¿Por qué nos detenemos en mortificar nuestro cuerpo en las cosas pequeñas, no buscando nuestro placer en nada, sino llevándolo por donde no quiere hasta tenerlo rendido al espíritu? Esto se adquiere –como he dicho– a través de ejercitarse poco a poco en no hacer lo que desea nuestra voluntad y apetito, incluso en las cosas pequeñas.

Todo está en no tratar de buscar nuestro propio interés o regalo; que quien de verdad comienza a servir al Señor, lo menos que le puede ofrecer es la vida. Pues si le ha dado su voluntad, ¿qué teme? Ciertamente que si es un verdadero religioso o un verdadero hombre de oración, y pretende gozar de los regalos de Dios, que deseará morir por Él y sufrir el martirio. Pues, ¿no sabéis, hermanas, que la vida del buen religioso y del que quiere ser de los amigos más cercanos de Dios, que es un largo martirio? Largo, porque comparado con los mártires que presto eran degollados, se puede considerar largo; mas toda vida es corta, y algunas cortísimas. ¿Y qué sabemos si será la nuestra tan corta que se acabe una hora o momento después de que nos hemos determinado a servir del todo al Señor? Puede ser posible. En fin, de todo lo que tiene fin no hay que hacer caso; y pensando que cada hora es la postrera, ¿quién no se esforzará en ella? Pues creedme, que pensar esto es lo más seguro.

Por eso ejercitémonos en contradecir en todo a nuestra voluntad; que si ponéis empeño en esto, sin saber cómo, poco a poco os hallaréis en la cumbre. Mas ¡muy recio y duro se nos hace no buscar nuestro placer en nada, cuando no se piensa en las consolaciones y gozos que trae consigo esta contradicción y lo que se gana con ella! Aun en esta vida, ¡qué felicidad! En esto cada una ha de procurar ir por delante de las otras, así todas, unas a otras os animaréis y ayudaréis a vivirlo.

Estad muy atentas a los movimientos interiores, sobre todo en lo que respecta a compararse con las demás. Dios nos libre, por su Pasión, de decir o pensar que «soy la más antigua», que «tengo más años», que «he trabajado más», que «a la otra la tratan mejor». Estos pensamientos, cuando os vengan, tenéis que cortarlos con presteza; que si nos detenemos en ellos o los manifestamos en la conversación, nos hará mucho daño, de donde nos vendrán grandes males. Si tienen una priora que consiente cosas de éstas, por poco que sea, crean por sus pecados ha permitido Dios la tengan para comenzarse a perder, clamen a Él y toda su oración sea para que ponga remedio, porque gran peligro corren.

Podrá ser que alguna piense que para qué tanto recalco esto y que es demasiado riguroso; que Dios también da consolaciones a quien no está tan desasido. Así también lo creo yo, que lo hace Dios porque con su sabiduría infinita ve que conviene para invitar al alma a que todo lo deje por Él. No llamo «dejar todo» a entrar en un convento, que impedimentos puede haber, y en cada parte puede el alma perfecta estar desasida y humilde; aunque más dificultades tendrá, que de grandes ventajas disfrutamos las que vivimos aquí. Mas créanme una cosa, que si en el alma hay vana estima, o deseo de ser distinguida (lo cual también puede darse en los conventos), aunque lleve muchos años haciendo oración o, mejor dicho, pensando que hace oración (porque la oración perfecta quita todos estos resabios), nunca progresará mucho ni llegará a gozar del verdadero fruto de la oración.

Mirad, hermanas, que esto os importa mucho, pues no estáis aquí para otra cosa. Al final, la que desea sobresalir no se lleva la gloria, y deja de merecer lo que podría ganar.

Cada una mire en sí lo que tiene de humildad y verá lo que está aprovechando. El demonio no se atreverá a tentar –con pensamientos de distinguirse de los demás– al que es de verdad humilde; porque, como es tan astuto, teme el golpe. Es imposible, si uno es humilde, que no se afiance más en esta virtud si el demonio le tienta por ahí; porque está claro que ha de mirar su vida, y comparar lo que ha servido al Señor con lo que le debe, y el bien que nos hizo Él en abajarse a vivir en este mundo para dejarnos ejemplo de humildad, y ha de mirar sus pecados e imaginarse en donde merecía estar por ellos. Sale el alma tan aprovechada, que no se atreve el demonio a tentarla de nuevo.

No sólo en lo interior, mas en lo exterior procurad que os saquen vuestras hermanas de la tentación. Si queréis vengaros del demonio y libraros más pronto de tal tentación, en cuanto os sobrevenga ésta, pedid a la prelada que os mande hacer alguna tarea baja y humilde o, si podéis, hacerla vosotras directamente, y andad reflexionando en cómo podéis contrariar vuestra voluntad en diversas cosas, que el Señor os las descubrirá, y con esto durará poco la tentación. Dios nos libre de querer distinguirnos comparándonos con los demás. Mirad que es mala ganancia, y —tal como he dicho— la misma buena reputación se pierde con desearla, en especial en las comunidades, que no hay peor cosa que impida la santidad.

Diréis que son cosillas sin importancia, que son inherentes a nuestra naturaleza humana, que no hay que hacer caso de ellas. No las paséis por alto, que crecen como la espuma, y no hay cosa pequeña que sea tan peligrosa como estos pensamientos de ser considerada y de mirar si nos hacen algún agravio. ¿Sabéis por qué? Normalmente en una comienza por poco y no es casi nada, apenas se siente agraviada; pero luego sugiere el demonio a que a otra que le parezca

mucho, y aun pensará que es caridad el decirle que cómo consiente tal agravio, que Dios le dé paciencia, que se lo ofrezca, que no sufriría más un santo. Pone tal afectación en las palabras compasivas de tu hermana, que quedáis tentada de vanagloria por lo que no sufristeis con la perfección que debiste sufrir.

Y es nuestra naturaleza tan flaca, que en cuanto nos dicen que cómo toleramos tal agravio, que pensamos hemos hecho algo y lo sentimos, cuánto más al ver lo sienten por nosotras. Y así va perdiendo el alma las ocasiones que había tenido para merecer, y queda más flaca y abierta la puerta al demonio para que otra vez venga con otra cosa peor; e incluso puede suceder que aun cuando tú lo quieras sufrir, que acudan a ti y ten digan «que si eres una bestia para tener que soportarlo», «que es bueno que se sepa la verdad». ¡Por amor de Dios, hermanas mías!, que a ninguna le mueva la indiscreta caridad a mostrar lástima de la otra en cosa que toque a estos fingidos agravios, que es como la que tuvieron los amigos del santo Job y su mujer para con él.

## Capítulo 13

*Cómo se ha de huir de las razones del mundo para llegarse a la verdadera razón.*

Muchas veces os lo digo, hermanas, y ahora lo quiero dejar escrito aquí, porque no se os olvide, que en esta casa -y toda persona que aspire a la santidad-, huya mil leguas de «qué razón tuve», «me lo hicieron sin motivos», «no tuvo razón quien hizo esto conmigo»... De malas razones nos libre Dios. ¿Os parece que había motivos o razones para que nuestro buen Jesús sufriese tantas injurias? La que no quiera llevar la cruz excepto cuando le den suficientes motivos o razones para llevarla, no sé para qué está en el monasterio; tórnese al mundo. ¿Por ventura sufrís tanto que no podáis más? ¿Qué razón tenéis para ello? Por cierto, yo no la entiendo.

Cuando nos hagan alguna alabanza o consideración o nos estimen en algo, entonces sí, saquemos esas razones, que realmente nos es razonable que nos alaben o estimen en esta vida. Mas cuando sean agravios —que así los llaman sin hacernos agravio—, yo no sé para qué tenéis que quejaros. O somos esposas de tan gran rey, o no. Si lo somos, ¿qué mujer honrada hay que no participe de las deshonras que a su esposo le hacen? Aunque no lo quiera por propia voluntad, en fin, de honra o deshonra participan ambos. Pues es un contrasentido querer participar y gozar del reino del Señor, y no querer antes participar para nada de las deshonras y trabajos que sufrió por nosotros.

No tengamos estos deseos, sino la que le parezca que la tienen entre todas como la última, que se tenga por más bienaventurada; y así lo es, ciertamente, si lo lleva como lo ha de llevar, que no le faltará gloria en esta vida ni en la otra. Créanme en esto. Mas qué disparate he dicho, que me crean a mí, habiéndolo

dicho la verdadera Sabiduría —que es la misma Verdad—, y la Reina de los ángeles.

Imitemos en algo a la gran humildad de la Virgen Santísima, cuyo hábito traemos, que por mucho que nos parezca nos humillamos, quedamos bien cortas para ser hijas de tal Madre y esposas de tal Esposo.

Así que si las cosas dichas no se atajan con diligencia, lo que hoy no parece nada, mañana quizás será pecado venial; y es cosa tan difícil de extirpar, que si no ponéis cuidado no quedará sólo en esto. Es cosa que hace mucho daño en los conventos.

En esto tendríamos que cuidarnos las que estamos en ellos, por no dañar a las que trabajan por hacernos bien y nos dan buen ejemplo. Y si entendiésemos el gran daño que hacemos cuando propiciamos una mala costumbre de estas —del deseo de ser estimada y sentirse agraviada—, más querría que nos muriésemos que seamos la causa de ello; porque hace mucho daño en las almas y esta mala costumbre que empezamos parece que no se acaba de vencer, aunque mueran unas, vienen otras, y es más fácil que todas participen de esta mala costumbre que una ha emprendido, que de las muchas virtudes que viven las otras; porque el demonio no dejará que decaiga esta costumbre, mientras que con las virtudes la misma flaqueza natural hace que se vayan perdiendo.

¡Qué gran caridad demostraría y qué gran servicio haría a Dios si se fuese la monja que se sienta incapaz de vivir las costumbres que se llevan en esta casa! Y mire que está obligada a ello, si no quiere tener un infierno acá, que se vaya antes de que profese, y deje a las demás en paz.

No me refiero a faltar en las penitencias o ayunos, porque aunque lo sean, no son cosas que hagan tanto daño. Mas a una predisposición que se tiene de querer ser estimada y tenida en cuenta, a la inclinación de estar siempre fijándose en las faltas ajenas sin nunca reconocer las propias y a otras cosas semejantes, que verdaderamente nacen de la poca humildad; si Dios no la favorece con darla un fuerte espíritu de enmienda, mejor será que Dios os libre de su compañía. Entended que ni ella tendrá paz ni dejará que la tengan las demás.

En esta casa habéis perdido ya la estima del mundo, porque los pobres no son estimados. Nuestra mayor estimación, hermanas, ha de ser servir a Dios. Quien considere que no puede vivir así, quédese mejor en su casa.

Creedme en esto, y si no, el tiempo os doy por testigo. Porque el estilo de vida que pretendemos llevar es no sólo el de ser monjas, sino ermitañas, viviendo desasidas de todo lo criado, y a quien el Señor ha escogido para aquí, particularmente veo le hace esta merced.

Esta casa es un cielo, si lo puede haber en la tierra, para quien se contenta con sólo contentar a Dios y no hace caso de contento propio. En esta casa se vive muy bien, pero la que quiera vivir mejor, lo perderá todo, porque no lo podrá

lograr. El alma descontenta es como la que tiene gran hastío, que por bueno que sea el manjar que se le dé, le da asco, y aquello que los sanos comen con gran gusto, le produce nauseas. Mejor será que se vaya a otro convento, y podrá ser que poco o poco llegue a la perfección, lo que aquí no pudo sufrir por tomarse todo junto. Que aunque en lo interior se aguarde tiempo para del todo desasirse y mortificarse, en lo exterior ha de ser pronto. Y la que viendo el buen ejemplo de las demás, no le aprovecha en un año, temo que no aprovechará en muchos, que incluso le resultará peor. No digo que lo aproveche con tanta perfección como en las otras, mas que se note que va mejorando, que pronto se ve cuando el mal es mortal.

## Capítulo 14

*Lo mucho que importa no dar profesión a ninguna que tienda a lo contrario de lo que se ha dicho.*

Mucho favorece el Señor a quien bien se determina, y por eso se ha de mirar qué intención trae la que entra, que no sea sólo por solucionar su vida (como les sucederá a muchas). El Señor puede perfeccionar esta intención, si es persona de buen entendimiento, pero si no, en ninguna manera se le permita profesar. Las que tienen esta falta, que siempre les parece saben mejor lo que les conviene que las personas más sabías y juiciosas, es falta que tengo por incurable, porque es casi imposible que no produzca daño en las demás. En donde hay muchas, tal vez se podrá tolerar, mas entre tan pocas no se puede sufrir.

Una persona con buena disposición, si comienza a aficionarse al bien, se adhiere a él con fortaleza, porque ve que es lo más acertado; y aun cuando no sea muy inteligente, aprovechará para dar buenos consejos y para hartas cosas, sin cansar a nadie. Cuando ésta disposición falta, yo no sé para qué puede aprovechar en comunidad, y podría dañar harto.

Esta falta no se ve prontamente, porque muchas hablan muy bien pero aprovechan poco, y otras hablan poco pero adelantan mucho. Y así hay personas muy sencillas y santas, que valen poco para los negocios del mundo, pero mucho para tratar con Dios. De ahí que se precise informarse bien antes de tomarlas, y larga probación para hacerlas profesas. Debe entender el mundo que tenéis toda la libertad para echarlas, que en un convento hay muchas austeridades y que no es fácil la convivencia, y así no se sentirán ofendidas.

Y éste es un asunto en que cada una de por sí tendría que meditar y encomendar a Dios, para poder aconsejar a la prelada, pues es cosa que tanto importa. Y así lo suplico a Dios que os dé luz para hacerlo.

## Capítulo 15

*El gran bien que hay en no disculparse, aunque sea uno condenado sin tener culpa.*

Gran confusión siento por lo que os voy a persuadir, porque tendría que haber obrado por lo menos algo siquiera de lo que os voy a decir sobre esta virtud, del no disculparse; y así confieso haber adelantado muy poco en ella. Siempre me parece que tengo motivos para disculparme. Como algunas veces es lícito hacerlo y estaría mal no hacerlo, no tengo discreción —o, por mejor decir, humildad— para no disculparme cuando conviene. Porque ciertamente es señal de gran humildad verse condenada sin culpa y callar, lo que manifiesta que se quiere imitar al Señor. Y así mucho os ruego que os empeñéis en esto, porque trae consigo grandes ganancias, mientras que en tratar de disculparse, ninguna veo, si no es —como digo— en algunos casos que podría causar enojo o escándalo no decir la verdad.

Poco a poco acostumbraos a no disculparos, y pedid al Señor la verdadera humildad, pues de ésta proviene; porque el que es de verdad humilde desea ser tenido en poco, ser perseguido y condenado sin culpa, aun en cosas graves. Porque si quiere imitar al Señor, ¿en qué mejor puede hacerlo que en esto? Que para esto no se necesitan fuerzas corporales ni ayuda de nadie, sino de Dios.

En estas virtudes grandes, hermanas mías, querría yo que nos esforzásemos e hiciésemos penitencia, que para las otras penitencias ya sabéis que pongo reparos, porque pueden hacer daño a la salud si se hacen sin discreción. En esto otro no hay que temer, porque por grandes que sean las virtudes interiores, no quitan las fuerzas del cuerpo para servir al Señor, mas fortalecen el alma; y en cosas muy pequeñas se puede una ir entrenando para salir con victoria en las grandes. Mas ¡qué bien se escribe esto, y qué mal lo vivo yo! En verdad, en mi caso siempre que han hablado mal de mí, he visto que se quedan cortos; y aunque no tenga culpa de lo que me acusan, he ofendido a Dios en otras muchas cosas, y me parece que bastante hacen con no acusarme de éstas.

Pensemos lo mucho que ganamos con no disculparnos y que nunca —si se mira bien— nos culpan sin tener alguna culpa, pues siempre andamos llenas de ellas, pues el justo cae siete veces al día, y sería mentira decir que no hemos pecado. Así que, aunque no sea en lo mismo que nos culpan, nunca estamos sin culpa del todo, como lo estaba el buen Jesús.

Y con no disculparnos ganamos lo principal, que es imitar en algo al Señor. ¡Oh Dios mío!, cuando pienso las diversas maneras con que padecisteis y cómo por ninguna lo merecías, no sé qué decir de mí, ni dónde tenía el juicio cuando no deseaba padecer y me disculpaba. Ya sabes Tú, Bien mío, que si tengo algún bien, que no lo he recibido de otras manos sino de las tuyas. ¿Y es posible que

trate yo de quedar bien, cuando tan mal te he hecho quedar a Ti, bien sobre todo bien? No permitas, Dios mío que haya en tu sierva cosa que te desagrade. Pues debes saber, Señor, que estoy ciega y que me contento con ver muy poco. Cura mi ceguera y alcánzame que de verdad desee que todos me aborrezcan, pues tantas veces te he dejado a Ti cuando tanto procuraba quedar bien ante los demás.

¿Qué es esto, mi Dios? ¿Qué pretendemos con contentar a las criaturas? ¿Qué importa que parezcamos culpables ante todas ellas, si delante de Ti estamos sin culpa? ¡Oh hermanas mías, que nunca acabamos de entender esta verdad, y así nunca acabamos de ser perfectas!

Porque aunque no consigas otra cosa que dejar confundida a la persona que te haya acusado, al ver que te dejas condenar sin culpa, le harías un bien grandísimo. Más edifica el alma una cosa de éstas que diez sermones. Y más hemos de procurar predicar con el ejemplo que con las palabras.

No pienses que nadie ha de enterarse del mal o del bien que haces, por encerrada que estés. Y ¿piensas que aunque tú no te disculpes, que ha de faltar quien lo haga por tí? Mira cómo salió el Señor en defensa de la Magdalena en casa del fariseo, y también en otra ocasión, cuando su hermana la acusaba. No te llevará con el rigor que tuvo para sí, que para una vez que tuvo un ladrón que le defendiese, lo hizo cuando ya estaba en la cruz. Así que Su Majestad moverá a quien salga en vuestra defensa, y cuando no, es que no se necesita. Esto lo he visto por experiencia, aunque más me gustaría que no saliesen en vuestra defensa, sino que os gozaseis de quedar como culpables, y el provecho que hará en vuestra alma, el tiempo os doy por testigo. Porque se comienza a ganar libertad y a una le importa lo mismo que hablen bien o mal de ella, antes le parece que están hablando de otra. Y es como cuando están hablando dos personas al lado nuestro, que como no estamos metidas en la conversación, nos da igual que digan una cosa que otra. Aquí sucede algo parecido: como nos hemos acostumbrado a no disculparnos, no parece que hablan de nosotras.

Parecerá esto imposible de vivir a los que somos muy sensibles y poco mortificadas. Al principio dificultoso resulta, ciertamente; mas estoy segura que se puede alcanzar con la ayuda del Señor esta libertad, negación y desasimiento de nosotros mismos.

## Capítulo 16

*La diferencia que hay entre la perfección de los contemplativos de los que se contentan con sólo la oración mental. Cómo Dios puede subir algunas veces a un alma carente de virtudes a perfecta contemplación.*

Me pedisteis que algo os dijera sobre el fundamento de la oración; sabed que no sé otro fundamento que el vivir estas virtudes: la humildad y el silencio cuando se nos acusa. Quien no sabe disponer las piezas en el juego de ajedrez, mal sabrá jugar, y si no sabe dar jaque, menos sabrá dar jaque mate. Lo mismo nos pasa en el juego de la oración, no sabremos dar jaque mate a este Rey divino, para que no se nos pueda ir de las manos, si no acertamos antes a disponer bien las piezas de las virtudes.

La reina es la que más guerra le puede hacer en este juego, y todas las otras piezas ayudan. No hay reina que así le haga rendirse como la humildad. Ésta le atrajo del cielo a las entrañas de la Virgen, y con ella le atraeremos nosotras fácilmente a nuestras almas. Y creed que quien más humilde sea, más le tendrá, y quien menos, menos. Porque no puedo entender cómo haya ni pueda haber humildad sin amor, ni amor sin humildad, ni es posible tener estas dos virtudes sin gran desasimiento de todo lo creado.

Me diréis, mis hijas, que para qué os hablo de virtudes, que hartos libros tenéis que os las enseñen, que no queréis que os hable más que de contemplación. Si me hubieseis pedido que os hablase de la meditación, os aconsejaría que no la dejaseis de hacer, aunque no tuvieseis ninguna virtud; porque es el requisito previo para alcanzarlas todas; que es muy importante que la practiquemos todos los cristianos, pues nos va la vida en ello; que ninguno, por perdido que esté, si la comienza a practicar, Dios le ha de dejar; y que es un gran bien como muchos han dejado escrito.

Mas la contemplación es otra cosa, hijas. Pues éste es el engaño que todos traemos, que porque uno dedica cada día un rato a pensar en sus pecados —a lo que está obligado sino quiere ser cristiano sólo de nombre—, pronto dicen que es muy contemplativo, y pronto quieren —e incluso él mismo quiere— que viva las grandes virtudes a las que está obligado el muy contemplativo, y conforme más le exigen, más se equivocan. Todo pasa por no saber disponer las piezas del juego: pensaban que bastaba con sólo conocer como se mueven las piezas para dar jaque mate, lo cual es imposible. No basta con meditar, hay que entregar la vida, pues no se da este Rey sino a quien se le da del todo.

Así que si queréis, hijas, que os diga el camino para llegar a la contemplación, tened paciencia en que me extienda en cosas que no os parezcan tan importantes, aunque a mí me lo parezcan.

Ahora os voy a decir qué es oración mental, y ruego a Dios que la practiquemos como se merece; esto no se logra más que con harto trabajo, tratando de vivir las virtudes, aunque no se vivan en tan alto grado como en la contemplación. No podrá venir el Rey de la gloria a nuestra alma —a estar unido con ella— mientras no nos esforcemos por adquirir las grandes virtudes.

Bien es verdad que algunas veces Dios quiere atraer hacia sí a almas que se encuentran en muy mal estado. Como las ve del todo perdidas, quiere Su Majestad que no quede por Él, y aunque estén faltas de virtudes, las ayuda, les da gustos y regalos y les muestra su ternura, por donde las comienza a mover sus deseos, e incluso las pone en contemplación algunas veces, aunque sean pocas y dure poco. Esto hace porque quiere ver si con estos regalos se querrán disponerse a gozarle más veces.

Aun cuando Dios nuestro Señor haga con muchos esta prueba, pocos son los que se disponen para gozar de esta merced. Cuando el Señor la hace y no queda por nosotros, nunca cesa de dar hasta llevar al alma a muy alto grado de virtud y contemplación. Mas cuando no nos damos a Su Majestad con la determinación que Él se da a nosotros, harto hace con dejarnos en la oración mental y visitarnos de cuando en cuando, como a criados que están en su viña. A diferencia de sus hijos regalados, que no los deja nunca sin su compañía, porque ellos no le quieren dejar; les sienta a su mesa y les da de lo que come.

¡Oh bienaventurado desasimiento de las cosas tan bajas, que lleva a tan gran estado! Mira lo que te importa, estando en los brazos de Dios, de que hablen mal de ti y te acuse todo el mundo. Poderoso es para librate de todo, porque con una vez que mandó hacer el mundo, lo hizo: su querer es obra. No tengas miedo, que cuando permite que hablen mal de ti, es para tu mayor bien.

¿Por qué no hemos de demostrarle nuestro amor? Hermoso trueque es dar nuestro amor por el suyo. Mirad que lo puede todo y que acá no podemos nada sino lo que Él nos hace poder. Pues ¿qué es esto que hacemos por Ti, Señor, Creador nuestro? Que es tanto como nada, una determinacioncilla. Pues si por lo que no es nada quiere Su Majestad que merezcamos el todo, no seamos desatinadas.

¡Oh Señor! que todo el daño nos viene de no tener puestos los ojos en Ti, que si no mirásemos otra cosa sino al camino, presto llegaríamos; mas damos mil caídas y tropiezos y erramos el camino por no poner los ojos en el verdadero camino. Parece que nunca se anduvo, según se nos hace nuevo. Cosa es para dar lástima, por cierto, lo que algunas veces pasa.

Pues no toleramos en que se toque un puntito nuestra reputación y prestigio, el que se nos haga un poco de menos; luego decimos para justificarnos: «¡no somos santos!». Dios nos libre si no hacemos lo perfecto de justificarnos diciendo: «no somos ángeles», «no somos santas». Mirad que, aunque no lo seamos, es un

gran bien pensar que si nos esforzamos, que lo podríamos ser, dándonos Dios su ayuda; y no tengáis miedo que quede por Él, si no queda por nosotras. Y pues no venimos aquí para otra cosa, manos a labor, como dicen: no entendamos cosa en que se sirve más al Señor, que no presumamos salir con ella con su favor. Esta presunción querría yo en esta casa, que hace siempre crecer la humildad: siempre estar con ánimo, tener una santa osadía, que Dios ayuda a los fuertes y no hace distinción de personas, y os ayudará a vosotras y a mí.

Mucho me he entretenido en esto. Voy a tornar a lo que estaba tratando, qué es oración mental y contemplación.

## Capítulo 17

*No todas las almas son aptas para la contemplación y algunas llegan a ella tarde. El verdadero humilde ha de ir contento por el camino que le lleve el Señor.*

Siguiendo con la oración, sabed que lo que más necesitáis para hacerla bien, es que os ejercitéis mucho en la humildad; porque es el ejercicio principal de la oración. El que es de verdad humilde nunca se le ocurrirá pensar si él es tan bueno como los muy contemplativos. Que Dios le puede hacer tal, sí, por su bondad y misericordia. Mas el humilde siempre se siente en el más bajo lugar, tal como nos recomendó el Señor que hiciésemos, enseñándonos con su ejemplo. Acepta estar en el último lugar si Dios te quiere llevar por ese camino. El humilde se siente dichoso de poder servir a los demás y alaba al Señor por ello, pues sabe que por sus pecados merecía estar en el infierno y ser esclavo de los demonios.

Mucho importa entender que no a todos lleva Dios por el mismo camino, y al que le parezca que va por el más bajo, a lo mejor va por el más alto a los ojos del Señor. No porque en esta casa nos entreguemos a la oración han de ser por fuerza todas contemplativas. Es imposible. Y si no se entiende esta verdad, sufrirá mucho la que no lo sea. La contemplación es cosa que da Dios; y puesto que no es necesario para la salvación, ni nos lo exige, no pienses que se lo pedirá a nadie. Que por eso no dejarás de ser muy perfecta si haces lo que queda dicho. Antes podrás tener mucho más mérito, porque te cuesta mucho más trabajo y te lleva el Señor como a fuerte y te tiene reservada para darte todo junto lo que aquí no gozas. No por eso desmayes ni dejes la oración y de hacer lo que todas, que a las veces viene el Señor muy tarde y paga tan bien y todo juntamente, lo que en muchos años ha ido dando a otros.

Yo estuve más de catorce años en que no podía meditar nada si no es apoyándome en la lectura de algún libro espiritual. Habrá muchas personas que les pase lo mismo, y otras que aun con la lectura no logren meditar, sino tan sólo orar vocalmente, deteniéndose en lo que dicen. Hay mentes tan ligeras que son incapaces de detenerse en una cosa, y siempre andan desasosegadas, y a tal

extremo que si quieren detenerse a pensar en Dios, les viene a la mente mil disparates, escrúpulos y dudas de fe.

Conozco una monja bien vieja, de harta buena vida, penitente y muy sierva de Dios, que desde hace años pasa muchas horas sólo con la oración vocal, pues se siente incapaz de orar mentalmente. Y hay otras muchas personas que hacen la oración de esta manera, y si hay humildad, no creo saldrán peor libradas al término de su vida, sino muy por igual que las que tienen muchas consolaciones, y con más seguridad de su parte; porque en muchos casos no sabemos si los gustos espirituales son de Dios o si los pone el demonio. Y si no son de Dios, es más peligroso, porque que el demonio les puede estar tentando con la soberbia; que si son de Dios, no hay que temer, pues traen consigo la humildad.

Las otras, las que no han sido agraciadas con las consolaciones espirituales, caminan en humildad, sospechosas de si es por su culpa, siempre con cuidado de ir progresando. Y cuando ven a las otras llorar una lágrima, si ellas no sienten nada, le parece que están muy atrás en el servicio de Dios, cuando pueden estar quizás mucho más adelante, porque no son las lágrimas -aunque sean buenas-, todas perfectas; y en la humildad, la mortificación y el desasimiento y otras virtudes, siempre hay más seguridad. No tengan miedo de no llegar a la perfección como los muy contemplativos.

Santa era santa Marta, aunque no era contemplativa. Pues ¿qué más queréis que poder llegar a ser como esta bienaventurada, que mereció tener a Cristo nuestro Señor tantas veces en su casa, dándole de comer y sirviéndole en su mesa? Si hubiese estado como la Magdalena, absorta contemplándole, no habría habido quien diera de comer a este divino Huésped. Pues pensad que esta Congregación es la casa de santa Marta y que ha de haber de todo. Y las que sean llevadas por la vida activa, no murmuren de las que mucho se den a la contemplación, pues el Señor ha de salir en defensa de ellas, aunque callen, pues generalmente las que son contemplativas se despreocupan de sí y de todo.

Acordaos que hace falta quien le guise la comida, y ténganse por dichosas de andar sirviendo con Marta. Miren que la verdadera humildad está mucho en estar prontos a contentarse con lo que el Señor quiera pedirlos, considerándose indignas de poder servirle. Porque si contemplar, hacer oración mental o vocal, curar enfermos servir en las cosas de las casa, y trabajar en las faenas más bajas, todo es servir al Huésped que se viene a estar con nosotras a comer y recrear, ¿qué más nos da hacer una cosa que otra?

No digo yo que quede por nosotras, sino que lo probéis todo, porque lo importante no está en lo que elijáis, sino en lo que elige el Señor. Mas si después de muchos años quiere a cada una para un oficio, poca humildad denotará que queráis escoger vosotras. Dejad hacer al Señor de la casa. Sabio es y poderoso, y entiende lo que os conviene y lo que le conviene a Él también. Estad seguras que

si hacéis vuestra parte y os disponéis para la contemplación con la mayor perfección posible, que si Él no os la da (lo que creo no dejará de dar, si es verdadero vuestro desasimiento y humildad), que os tiene guardado este regalo para dároslo todo junto en el cielo, y que os quiere llevar como a fuertes, dándoos acá cruz como siempre Jesucristo la tuvo. ¿Y qué mejor amistad os muestra que querer que tengáis lo que quiso para Sí? Y pudiera ser que no merecierais tanto siendo contemplativas. Misteriosos son sus juicios, no nos metamos en ellos. Muy bueno es que no lo deje a nuestra elección, pues de ser así —como nos parece que la contemplación es más descansada— seríamos todas grandes contemplativas.

¡Qué gran ganancia es no querer guiarnos por nuestro parecer! No temamos equivocarnos de esta manera, pues nunca permite Dios que salga perdiendo el que es mortificado, sino para ganar más.

## Capítulo 18

*Cuánto mayores son los trabajos de los contemplativos que los de los activos.*

Los que van por este camino de la contemplación, según he visto y entendido, no llevan la cruz más liviana. Os espantaríais de las vías y maneras con que los lleva Dios. Los trabajos que les da Dios son tan intolerables, que si no les diese este manjar de consolaciones no se podrían sufrir. Ciertamente, a los que Dios mucho quiere, los lleva por camino de trabajos, y mientras más los ama, mayores.

Porque creer que admite el Señor a su amistad estrecha gente regalada y sin trabajos, es disparate. Tengo por muy cierto les da Dios trabajos mucho mayores. Y como los lleva por camino barrancoso y áspero, en el que a veces les parece que se pierden y que tienen que volver a comenzar a andar, necesita Su Majestad darles ánimo y sustento, y no de agua, sino de vino, para que, emborrachados, no entiendan lo que pasan, y lo puedan sufrir. Y así pocos contemplativos hallo que no sean animosos y determinados para padecer; que lo primero que hace el Señor, si los ve flacos, es darles ánimo y disponerles para no temer los trabajos.

Creen los de vida activa de los contemplativos que, por un poquito que los ven regalados, que no hay más que aquello. Pues yo digo que probablemente un día de los que pasan no lo podrían sufrir. El Señor conoce a todos y sabe de lo que es capaz cada uno, y a cada uno le encarga una tarea, la que ve que más conviene a su alma, al mismo Señor y al bien de los prójimos. No temáis, que no se ha de perder vuestro trabajo. Todas debemos esforzarnos por llegar a ser contemplativas, pues no estamos aquí para otra cosa; y no tan solo un año, ni dos, ni diez, porque no parezca que desistimos por cobardes, y es bueno que el Señor entienda que no queda por nosotras. Debemos de ser como los buenos

soldados que, aunque mucho hayan servido, siempre están dispuestos a realizar cualquier tarea que el capitán les quiera encargar, pues les ha de dar su sueldo. ¡Y cuán mejor pagado lo paga nuestro Rey que los de la tierra!

Como los ve dispuestos, con ganas de servir, y sabe para lo que sirve cada uno, reparte los oficios como ve son sus fuerzas; y si no estuviesen dispuestos, no les daría ninguna tarea.

Así que, hermanas, habamos oración mental, y quien no pueda con ésta, oración vocal, lectura espiritual y coloquios con Dios. Que nadie deje de hacer las horas de oración que tienen por norma. No sabemos cuándo nos llamará el Esposo –no nos acaezca como a las vírgenes necias– y si nos quiere dar más trabajo sin consolaciones, permaneciendo Él oculto, aceptémoslo de buena gana.

Y si no os lleva por caminos de contemplación, creed que no sois para ello y que os conviene esto, creyendo con verdadera humildad que incluso para lo que hacéis no servís.

Estad alegres sirviendo en lo que os mandan; y si sois de veras humilde, bienaventurada sea la sierva de vida activa que no murmuras sino de sí misma. Deja a las otras con su guerra, que no es pequeña. Porque aunque en las batallas el alférez no pelea, no por eso deja de estar en gran peligro, y en lo interior debe de trabajar más que todos; porque como lleva la bandera, no se puede defender, y aunque le hagan pedazos no la dejará de las manos. Así deben los contemplativos llevar levantada la bandera de la humildad y sufrir cuantos golpes les den sin dar ninguno; porque su ocupación es padecer como Cristo, llevar en alto la cruz, no dejarla de las manos por muchos peligros en que se encuentren, sin que les vean débiles para padecer; pues para eso les ha dado tan honroso oficio. Miren lo que hacen, porque si dejan la bandera, se perderá la batalla, y harán mucho daño a los que no estén tan adelantados, si ven a los que tienen por capitanes y amigos de Dios que no son sus obras conforme al oficio que tienen.

Los demás soldados marchan como pueden, y frecuentemente se apartan de donde está el mayor peligro, y no los echa nadie de menos ni pierden su honra; mientras que a los que llevan la bandera todos les ven, y no se pueden ocultar.

Gran merced y honra le hace el rey a quien le da tan buen oficio, mas no se obliga a poco el que lo toma. Así que, hermanas, no sabemos lo que pedimos cuando solicitamos los regalos de la contemplación; dejemos hacer al Señor, que nos conoce mejor que nosotras mismas; no seamos como algunas personas que exigen de Dios regalos, como si se los debiese. ¡Menuda manera de humildad! Por eso hace bien el conoedor de todos, que pocas veces los da a éstos: ve claro que no sirven para beber el cáliz. La verdadera humildad es andar contentas con lo que nos dan.

Vuestra disposición debe ser, hijas, si estáis aprovechando, que cada una se considere la más ruin de todas, y no por tener más gustos en la oración, éxtasis,

visiones o mercedes que hace el Señor de esta suerte, que hemos de aguardar al otro mundo para ver su valor. Lo primero es moneda contante y sonante, algo sólido, y no algo que se viene y se va. Estáis aprovechando si vivís la gran virtud de la humildad y de la mortificación, siendo muy obedientes en no ir en lo más mínimo contra lo que manda el prelado, quien representa verdaderamente a Dios, pues está en su lugar.

En esto de la obediencia es en lo que más empeño debéis de poner, y si no sois obedientes, no sois monjas. No digo nada más de esto porque hablo con monjas, y a mi parecer buenas, al menos que lo desean ser. Es cosa tan importante, que sólo os lo recuerdo para que no se os olvide.

Quien falte al voto de obediencia, no poniendo cuidado de ver cómo va cumpliendo con la mayor perfección este voto, no sé para qué está en este convento; al menos yo os aseguro que mientras falte en esto, que nunca llegará a ser contemplativa ni aun buena religiosa activa; y esto lo tengo por muy cierto. Y aunque no tenga voto y no esté obligada a obedecer, si quiere o pretende llegar a ser contemplativa, necesita para ir por buen camino, determinarse a dejar su voluntad en un buen confesor o director espiritual. Porque aprovechará más de este modo en un año que sin obediencia en muchos.

Estas virtudes son las que yo deseo que tengáis, hijas mías, y las que debéis procurar y santamente envidiar. De las otras devociones no tengáis pena por no tenerlas, pues es cosa insegura. Podrá ser que en otras personas sean de Dios, mas puede que en vosotras permita Su Majestad que sea ilusión y os engañe el demonio, como ha hecho con otras personas. Y si es cosa dudosa, ¿para qué queréis servir al Señor de otra manera, teniendo un camino seguro? ¿Para qué os queréis meter en tanto peligro?

Me he alargado tanto en esto porque conviene mucho, que nuestra naturaleza es flaca, y a quien Dios quisiere dar la contemplación, Su Majestad le hará fuerte; a los que no, les doy estos avisos, los cuales también les vienen bien a los contemplativos para que sean humildes.

El Señor, por quien es, nos ilumine para seguir en todo su voluntad y no tener de qué temer.

## Capítulo 19

*Sobre la oración. Los que no pueden discurrir con el entendimiento en la oración. El agua viva de la contemplación infusa. El deseo de verse con Dios.*

Para almas ejercitadas en la meditación hay muchos libros escritos y muy buenos, con excelente doctrina para hacer la oración, donde para cada día de la semana van repartidos los misterios de la vida del Señor y de su Pasión, meditaciones sobre el juicio, el infierno y lo mucho que debemos a Dios. Quien

pueda seguir este modo de oración, que sepa que por buen camino le lleva el Señor, con descanso y seguridad, porque, sujeto el entendimiento, se va con descanso.

Mas hay personas con un entendimiento tan desbaratado que parece un caballo desbocado, que no hay quien lo pueda sujetar. Ya van aquí, ya van allí, siempre con desasosiego. Es su misma naturaleza, o Dios que lo permite. De estas almas quiero tratar ahora para darles algún remedio, si el Señor quiere que acierte, y si no, al menos para que entendáis el trabajo que pasan, y para que no se desanimen las que lo tengan.

Me dan mucha lástima, porque se parecen a personas sedientas que ven el agua desde lejos, y cuando quieren acercarse a ella, hallan a alguien que les obstruye el paso ya sea al principio, al medio o al fin. Y después de que con hartos trabajos han vencido los primeros enemigos, cuando se encuentran con los segundos se dejan vencer y quieren más morir de sed que beber el agua que tanto les está costando. Dejan de esforzarse porque les falta el ánimo. Y si algunos lo tienen para vencer a los segundos enemigos, con los terceros se les acaba la fuerza, cuando probablemente estaban ya a dos pasos de la fuente de agua viva, de la que dijo el Señor a la Samaritana, que quien beba de ella no tendrá ya más sed. Y con cuánta razón lo dijo la misma Verdad, porque no tendría ya sed de las cosas de esta vida, aunque creciese mucho más su sed por las cosas del cielo. Y aunque es un sed penosísima que cansa, trae consigo la misma satisfacción con que se mata aquella sed, pues no fatiga sino para las cosas terrenas, antes sólo se satisface con las cosas del cielo. De ahí que una de las mayores gracias que puede Dios hacer al alma es dejarla con esta sed, de tornar a beber este agua.

Este agua tiene tres propiedades. La una es que enfría, y si hay un gran fuego, con ella se extingue, salvo si es de alquitrán, que se enciende más. Este fuego de alquitrán es el amor de Dios. ¡Oh, válgame Dios, qué gran maravilla, que se encienda más el fuego con el agua, por ser un fuego fuerte y poderoso!

Dios os dé a beber esta agua para enseñaros del mundo. ¿No es linda cosa que una pobre monja de San José pueda llegar a señorear toda la tierra y los elementos? Es lo que hicieron los santos con el favor de Dios. A San Martín le obedecían el fuego y las aguas; a San Francisco hasta las aves y los peces, y así a otros santos. Eran señores de las cosas del mundo, por haberse mucho esforzado por tenerlo en poco y sujeto.

Hay otros fuegos —cuando es pequeño el amor de Dios—, que cualquier tentación los extingue; mas no a éste fuego del alquitrán, del verdadero amor de Dios, aunque venga toda un mar de tentaciones, no harán que deje de arder.

Porque el agua de las lágrimas verdaderas ayuda a encender más este fuego del amor de Dios, y hace que dure. Estas lágrimas son los buenos afectos y

consolaciones que proceden de la verdadera oración, dadas por el Rey del cielo. Y este fuego quema a su vez todas las afecciones del mundo, para que el alma no se detenga en ellas, y enciende más todavía el amor de Dios, con el que si pudiese, abrasaría a todo el mundo.

Otra propiedad del agua es que limpia las cosas sucias. Si no hubiese agua para lavar, ¿qué sería del mundo? Esta agua viva y celestial limpia cuando está clara, cuando no está turbia, cuando no tiene lodo, sino que cae del cielo. Con una vez que se beba, deja el alma clara y limpia de todas las culpas. No la da Dios a beber —que no está en nuestro querer, por ser cosa muy sobrenatural esta divina unión—, si no es para limpiar el alma y dejarla libre del lodo y miseria en que por las culpas estaba metida. Porque los otros gustos de la oración que provienen de nuestro entendimiento, son como beber el agua que corre por la tierra, sin beberla directamente de la fuente, no faltando en este recorrido cosas lodosas en que se detenga, y no siendo el agua tan pura ni tan limpia. No llamo yo a esta oración —la que discurrimos con el entendimiento— "agua viva", porque por mucho que lo intentemos, siempre se pega a nuestra alma, ayudada de este nuestro cuerpo y bajo natural, algo de tierra. Es el agua fangosa, la oración discursiva.

Voy a explicarlo mejor. Estamos meditando qué es el mundo y cómo se acaba todo, para menospreciarlo. Casi sin darnos cuenta, nos hallamos metidos en cosas que amamos de él. Y aunque deseamos huir de ellas, al menos nos estorba un poco pensar cómo fue y cómo será y qué hice y qué haré. Y para meditar lo que hace al caso, algunas veces nos metemos en el peligro. No porque esto ocurra vamos a dejar de meditar, pero es de temer. Preciso será no ir descuidados.

Mientras acá —en la contemplación infusa— lleva este cuidado el mismo Señor, que no se fía de nosotros. Tiene en tanto nuestra alma, que no la deja que se meta en cosas que la puedan dañar durante el tiempo que quiere favorecerla; sino que la pone de repente junto a sí y le muestra en un momento muchas más verdades, dándole mucho más claro conocimiento de lo que es todo, que lo que pudiéramos alcanzar en muchos años con la oración discursiva. En esta oración última la vista nos es clara, porque nos ciega el polvo del camino. Mientras acá, en la contemplación infusa, nos lleva el Señor al fin de la jornada sin entender cómo.

La otra propiedad del agua es que harta y quita la sed. Porque la sed significa el deseo de una cosa que nos hace gran falta, que si del todo nos falta nos mata. Extraña cosa es que una misma cosa (el agua) nos mate si nos falta, y que también nos mate si nos sobra, como se ve con los ahogados. ¡Oh Señor mío, y quién se viese tan engolfada en esta agua viva que se le acabase la vida! Sí, que tanto puede crecer el amor y deseo de Dios, que no lo pueda sufrir nuestra naturaleza, y así ha habido personas que han muerto. Yo sé de una persona que

tenía tanta sed, que crecía tanto su deseo, que entendía que se iba a morir de sed si no la socorriera Dios con esta agua viva en tan gran abundancia, que casi la sacaba de sí con arrobamientos, suspendido el sentido. Digo que casi la sacaba de sí, porque aquí descansa el alma. Parece que, ahogada de no poder sufrir el mundo, resucita en Dios, y Su Majestad la habilita para que pueda gozar lo que, estando en sí, no podría sin acabarse la vida.

Entended que todo lo que da nuestro sumo Bien es para nuestro bien, y por mucha de está agua que nos dé, nunca será en exceso; porque si da mucho, capacita el alma para que sea capaz de beber mucho; como un vidriero, que hace la vasija del tamaño adecuado para que quepa lo que quiere echar en ella.

En desear la muerte para estar con Dios sí puede haber falta, pues procede de nosotros. Somos tan imprudentes, que como es pena suave y gustosa, nunca pensamos que nos vamos a hartar de esta pena. Y así, la alimentamos sin tacha. Y esto creo hace el demonio, porque entiende el daño que le viene con su vida, y así la tienta con indiscretas penitencias para quitarle la salud.

Este deseo de verse ya con Dios y desatado de esta cárcel, como lo tenía San Pablo, cuando viene aprieta tanto que casi llega a quitar el juicio. En este caso, aunque proceda del espíritu de Dios, tengo por humildad temer. Procure mudar el deseo pensando que si más vive aquí servirá más a Dios, que podrá por su medio salvar a algún alma que se iba a perder, y que con servir más merecerá gozar más de Dios. Con estos consuelos aplacará su pena y ganará mucho, pues por servir al mismo Señor se quiere acá pasar y vivir con su pena. Es como si a uno que tuviese un gran trabajo o grave dolor, que le consolasen diciendo que tenga paciencia y se deje en las manos de Dios, y que cumpla su voluntad, que dejarnos en ellas es lo más acertado en todo.

Puede ser que el demonio ayude en alguna manera a suscitar tan gran deseo, como cuenta creo Casiano de un ermitaño de asperísima vida, que le hizo entender el demonio que debía echarse en un pozo porque vería más presto a Dios. Fiel es el Señor y no consentirá que se ciegue en cosa tan manifiesta. Porque está claro que si el deseo fuera de Dios, que no le haría mal, pues siempre trae consigo luz, discreción y medida. Mas este adversario, enemigo nuestro, por donde puede procura dañarnos. Y pues él no anda descuidado, no lo estemos nosotros. Este punto es importante para muchas cosas, como para acortar el tiempo de la oración, por gustosa que sea, cuando se disminuyen las fuerzas corporales o hace daño a la cabeza. En todo es muy necesario la discreción.

¿Para qué pensáis, hijas, que he pretendido declarar el fin y mostrar el premio antes de la batalla? ¿Qué es lo que he pretendido con deciros el bien que trae consigo llegar a beber de esta fuente celestial, de esta agua viva? Para que no os atemoriceis por el trabajo y contradicción que haya en el camino, y vayáis con

ánimo y no os canséis. Porque podrá ser que después de haber llegado a su término, cuando no os falte más que inclinaros a beber en la fuente, que lo dejéis todo y perdáis este bien, pensando que no os quedan fuerzas para llegar a él y que no sois para ello.

Mirad que convida el Señor a todos. Pues es la misma verdad, no hay que dudar. Si no fuera general este convite, no nos hubiese llamado el Señor a todos, y aunque nos llamara, no hubiese dicho: "Yo os daré de beber". En vez de ello, habría dicho: "Venid todos, que, en fin, no perderéis nada; y a los que a mí me parezca, yo les daré de beber". Mas dijo "a todos", sin poner ninguna condición; a todos los que no se queden en el camino no les faltará esta agua viva. Denos el Señor que la promete, gracia para buscarla como se ha de buscar, por quien Su Majestad es.

## Capítulo 20

*Nunca faltarán las consolaciones en el camino de la oración. Las conversaciones de las religiosas siempre han de versar sobre Dios y sobre la oración.*

Parece como si me contradijese sobre lo que había dicho; pues cuando consolaba a las que no llegaban la contemplación, dije que el Señor había dispuesto diferentes caminos para ir a Él, así como había muchas moradas. Así lo torno ahora a decir; porque como conoce Su Majestad nuestra flaqueza, ha proveído como quien es. Mas no dice: "por este camino vengan unos y por éste otros"; antes es tan grande su misericordia, que a nadie exime de procurar venir a beber a esta fuente de vida. De lo contrario, con cuánta razón me lo habría eximido a mí! ¡Bendito sea por siempre!

Pues no me mandó lo dejase cuando lo comencé e hizo que me echasen en el profundo, a buen seguro que no se lo quitará a nadie, antes públicamente nos llama a voces. Mas, como es tan bueno, no nos fuerza, antes da de beber de muchas maneras a los que le quieren seguir, para que ninguno se vaya desconsolado ni muera de sed. Porque de esta fuente caudalosa salen arroyos, unos grandes y otros pequeños, y hasta algunas veces charquitos para los niños, a quienes les basta y así no se espantan de ver mucha agua; éstos son los que están en los principios.

Así que, hermanas, no temáis morir de sed en este camino de la oración. Por muy duro que os resulte, nunca faltará el agua de las consolaciones para poderlo sufrir. Y pues esto es así, tomad mi consejo y no os quedéis en el camino, sino pelead como fuertes hasta morir en el intento, pues no estáis aquí para otra cosa sino para pelear. Y si siempre tenéis esta determinación de antes morir que dejar de llegar al final del camino donde está la fuente, si el Señor permite que no

lleguéis a ella en este mundo y que sintáis la sed en esta vida, no temáis que os ha de faltar el agua, que en la otra os la dará a beber con gran abundancia.

Y el que no tenga esta gran determinación al momento de comenzar el camino de la oración, no por eso deje de comenzarlo, porque el Señor la irá perfeccionando; y aunque no haga más que dar un paso, tiene en sí tanta virtud la oración, que no tema sea tiempo perdido ni que no se lo pague muy bien.

Es como quien reza las oraciones prescritas para ganar indulgencias, que si reza unas pocas, algo gana, y mientras más veces, más. Pero si nunca las reza, nada aprovechas. Así pasa en el camino de la oración para el que lo comienza, que aunque no siga después por el mismo camino, lo poco que haya andado de él le dará luz para que vaya bien por los otros, y si más anda, más luz. En fin, no le hará ningún daño el haberlo comenzado, aunque lo deje después, porque el bien nunca hace mal.

Por eso a todas las personas que tratéis, si tienen buena disposición y os tienen amistad, procurad quitarlas el miedo de comenzar tan gran bien. Y os pido por amor de Dios que vuestro trato tenga siempre por fin el aprovechamiento y bien de sus almas. Y pues esto habéis siempre de pedir al Señor, mal estaría si no lo procuraseis por todos los medios posibles.

En esto está la verdadera amistad, no podréis ser verdadera amiga sino por este camino. Meditad esto en la oración y veréis claro a qué amor estamos obligadas a tener con nuestro prójimo.

No es ya tiempo de andar todavía con juegos de niños, que no parecen otra cosa las amistades del mundo, aunque sean buenas; no os digáis entre vosotras "me queréis", "no me queréis", ni con familiares ni con nadie, si no es en algún caso especial, cuando se requiera para aprovechar y hacer bien a una determinada alma. Que puede suceder que para que os acepte un consejo espiritual un familiar o alguna persona amiga, tengáis que disponerla antes con estas muestras de amor que a la sensualidad siempre contentan; y tal vez las tendrán en más y dispondrá mejor su alma con una de estas palabras que con las que le habléis directamente de Dios, y de esta manera estás últimas serán después mejor acogidas. Y de ahí que si van con la finalidad de disponer mejor sus almas para disponerlas espiritualmente, no las prohíbo. Mas si no es para esto, ningún provecho hacen, y podrán hacer daño sin que os deis cuenta vosotras. Ya saben que sois religiosas y que vuestra conversación ha de versar sobre la oración. No queráis pretender: "no quiero que me tengan por buena", porque se aprovecharán o dañarán según lo que vean en vosotras. Y mucho daño hacen las que tanta obligación tienen de no hablar sino de Dios, como las monjas, cuando tratan de disimular y de no hablar de Él, excepto en algún caso especial para hacer más bien.

Este debe ser vuestro trato y lenguaje; quien os quiera tratar, que lo aprenda; y si no, guardaos de aprender vosotras el suyo.

El que os tengan por simplonas, poco os debe de importar; menos todavía el que os tengan por hipócritas. Con esta indiferencia lograréis que únicamente los que entiendan vuestro mismo lenguaje desearán conversar con vosotras. Porque pocos deseos tiene de hablar mucho el que no entiende el mismo idioma. Y así, ni os cansarán ni dañarán, pues gran daño os haría que tuvieseis que aprender su lenguaje de gente de mundo, y todo el tiempo se os iría en eso. Mucho se dañaría el alma porque, por querer conocer hablar un idioma, se olvidaría del otro, y es un perpetuo desasosiego, del que debéis de huir, porque mucho conviene para comenzar bien este camino de la oración tener paz y sosiego en el alma.

A las que conversan con vosotras y desean aprender vuestra lengua, ya que no es vuestra tarea la de enseñar, animarlas diciéndoles las riquezas que se ganan con aprenderla. Y de esto no os canséis, sino con piedad y amor y oración para que, animadas por vosotras, vayan a buscar maestro que se la enseñe; que no sería poca merced que os hiciese el Señor despertar a algún alma para este bien.

## Capítulo 21

*Lo mucho que importa comenzar con gran determinación el camino de la oración. No haya que hacer caso de los inconvenientes que el demonio pone.*

No os espantéis, hijas, de las muchas cosas que es menester tener en cuenta para comenzar este viaje divino, que es camino real para el cielo. Y ya que ganamos un gran tesoro yendo por él, no nos debe importar que nos cueste mucho. Días llegarán en que nos parecerá nada todo lo que nos costó, comparándolo con el alto valor del tesoro que hallamos.

Ahora os voy a decir cómo debéis perseverar en este camino de la oración, para poder llegar a beber de este agua de vida. Digo que importa mucho, y es el todo, una grande y muy determinada determinación de no parar hasta llegar hasta el fin, venga lo que viniere, suceda lo que sucediere, trabájese lo que se trabajare, murmure quien murmurare, aunque se muera en el camino, aunque se hunda el mundo. Pues los que no tienen corazón para tales trabajos muchas veces invocarán diferentes razones para no seguirlo: dirán que este camino es peligroso, que fulana por él se perdió, que otro se engañó, que uno que rezaba mucho, al final se cansó, que hace daño a la virtud, que no es para mujeres, que os podrán venir ilusiones, que mejor será que os dediquéis a vuestras labores femeninas, que no tenéis necesidad de tantas sutilezas, que basta con que recéis el Padrenuestro y el Avemaría".

¡Que basta con esto, también lo digo yo! Que debemos fundar nuestra oración sobre las oraciones que salieron de la boca de nuestro Señor. En esto tienen

razón, que si no fuese nuestra flaqueza tan grande y nuestra devoción tan tibia, no serían precisas otras oraciones ni libros.

Yo siempre he sido aficionada y me han ayudado más para la oración las palabras de los Evangelios que los libros muy subidos. Y a menos que el autor del libro sea muy recomendado, no deseo leerlo.

Puesta al lado de este Maestro de la Sabiduría, quizás me enseñe algunas consideraciones sobre el Padrenuestro que os puedan venir bien. No digo que quiera explicar esta oración divina, pues no me atrevería y hartos tratados hay que hablen de ella; y si no los hay, sería un disparate que lo escribiese yo, sino tan sólo os quiero hacer algunas consideraciones sobre estas palabras del Padrenuestro. Porque algunas veces con muchos libros parece que se nos va la devoción en lo que tanto nos importaba tenerla. No pasa así con el Señor, que cuando enseña una cosa hace que le agrade al discípulo, y que le guste lo que le enseña, y le ayuda mucho a que lo aprenda, y así hará este Maestro celestial con nosotras.

En ningún caso temáis a quienes os asusten con los posibles peligros que encontraréis en este camino de la oración. Sería necedad que quisiese ir yo sin peligro por un camino a ganar un gran tesoro por donde hay tantos ladrones. Pues bueno anda el mundo para que nos lo dejen tomar en paz; mas por un poco de interés que mostréis os desasosegaran cuerpo y alma. Y si yendo a ganarlo —o a robarlo, como dice el Señor que lo ganan los esforzados— por el camino seguro por el que fue nuestro Rey y por el que fueron todos sus escogidos y santos, hay tantos peligros y tantos temores, ¿cuántos más hallarán los que pretenden ganarlo sin caminar por él? Muchos más sin comparación, mas no se dan cuenta hasta que no están en el verdadero peligro, cuando no hay quien les dé la mano, y pierden del todo el agua que debían beber, y no beben ni poca ni mucha, ni de charco ni de arroyo.

Pues si marchan sin gota de esta agua ¿cómo atravesarán el camino donde hay tantos enemigos con quienes pelear? Está claro que morirán de sed; porque, queramos o no, todos caminamos hacia esta fuente, aunque de diferentes maneras. Que nadie os engañe con mostraros otro camino distinto del de la oración. No me refiero ahora a que sea del tipo mental o vocal; de los dos tipos tenéis necesidad. La oración es el oficio de los religiosos. Quien os diga que la oración es peligrosa, tenedle a él por el mismo peligro y huid de él. Que no se os olvide este consejo. Peligroso será no tener humildad ni las otras virtudes; mas que sea peligroso el camino de la oración, nunca jamás. El demonio parece que se las ha ingeniado para poner estos miedos, y así ha logrado caer a algunos que hacían oración, al parecer.

Daros cuenta de la ceguedad del mundo, que no se fija en los muchos millares que han caído en herejías y en grandes males por no hacer oración. Y si el

demonio ha hecho caer a algunos que hacían oración, bien lo ha sabido explotar, metiendo miedo a otros para que no se metan por estos caminos, por temor a que no les pase lo mismo. Estos que huyen de la oración para evitar sus peligros, que sepan que huyen del bien para librarse del mal. Nunca tan mala invención he visto: bien parece del demonio. ¡Oh Señor mío!; mirad que entienden al revés vuestras palabras. No permitáis semejantes flaquezas en vuestros siervos.

Gran bien os hacen los que os ayudan. Porque esto tiene el verdadero siervo de Dios, a quien Su Majestad ha dado luz para conocer el verdadero camino, que ante estos temores le crece más el deseo de no parar. Entiende claro por dónde va a dar el golpe el demonio, y quiébrale la cabeza. Más siente el demonio esto que cuantos otros le contentan con su vida de placeres. Porque vivimos en un tiempo de confusión, donde abunda la cizaña que él ha puesto, que parece lleva a todos tras de sí medio ciegos, con aparentes buenas razones. Y cuando Dios levanta a un alma para que abra los ojos de los demás y les haga ver la ceguedad en que viven y que nos les deja ver el camino, tornan poco a poco a descubrir el camino, y les da Dios ánimo. ¡Qué grandeza la de Dios, que puede más con un hombre sólo o con dos que digan la verdad, que muchos juntos! Si los demás dicen que es peligroso entregarse a la oración, procura que se entienda cuán buena es, de palabra o por sus obras. Si dicen que no es bueno comulgar tan a menudo, comulga más a menudo. Así que con que haya uno o dos que sin temor sigan lo mejor, pronto torna el Señor poco a poco a ganar lo perdido.

Así que, hermanas, dejasos de estos miedos. Nunca hagáis caso en cosas semejantes de la opinión de la gente. Mirad que no son tiempos de creer a todos, sino a los que veáis van conforme a la vida de Cristo. Procurad tener limpia conciencia y humildad, menosprecio de todas las cosas del mundo y creed firmemente lo que enseña la Madre Santa Iglesia, y a buen seguro que vais por buen camino.

Dejasos de temores, en donde no hay qué temer. Si alguno os los pone, proponerle con humildad el camino. Decidle que vuestra Regla os manda orar sin cesar y que la tenéis que guardar. Si os dicen que debe ser oración vocal, tratad de que esté el entendimiento y el corazón en lo que decís. Si os aprueban esto — que no podrán decir otra cosa—, tendrán que confesar que os han forzado a tener oración mental, e incluso contemplación, si os la da Dios.

## Capítulo 22

*En qué consiste la oración mental.*

Sabed, hijas, que no está la clave para que sea o no sea oración mental en tener la boca cerrada. Si al rezar las oraciones, me doy cuenta claramente que hablo con Dios, y fijo mi atención más en Él que en las palabras que digo, estoy a

la vez orando mental y vocalmente. Mas no oráis mentalmente si a la vez que rezáis el Padrenuestro estáis pensando en el mundo. Si debes hablar con tan gran Señor, bien está que te des cuenta de con quién estás hablando y de quién eres tú, por lo menos para no faltar al respeto. Porque ¿cómo te podrías presentar como se debe ante el rey, ni tratar como se requiere a una persona de la alta nobleza, si no caes en la cuenta de cuál es su estado social y cuál es el tuyo? Pues según esto se debe hacer la presentación, y conforme a lo que se acostumbra. De lo contrario te tendrían por simple y por irrespetuosa y no lograrás nada de la entrevista.

Si esto se hace con los grandes del mundo, ¿qué será contigo, Señor mío? ¿Y cómo nos presentamos ante ti, mi Emperador? ¿Cómo lo toleráis? Rey eterno sois, Dios mío, y no es un reino prestado el que tenéis. Cuando en el Credo se dice "y tu reino no tendrá fin", cada vez que lo rezo me da mucho consuelo. Te alabo y te bendigo porque tu reino durará por siempre.

No permitas, Señor, que quien hable contigo, que lo haga sólo con la boca, y no con la mente y el corazón. ¿Qué es esto que dicen algunos, que no se necesita la oración mental? Ciertamente no entienden nada, y quieren que nos perdamos todos: ni saben qué es oración mental, ni cómo se ha de rezar la oración vocal, ni qué es la contemplación.

Yo tengo experiencia de adónde van a parar estas ideas, y del trabajo que dan, y así no querría que nadie os inquietase, que no hay peor cosa que andar con miedo por el camino de la oración. Mucho os importa saber que vais bien, para que no os pase como al caminante, cuando le dicen falsamente que va errado y que ha perdido el camino, que le hacen andar de un sitio a otro, y no consiguen más que cansarle, hacerle perder el tiempo y retrasar su llegada.

¿Cómo se puede decir cuando se comienza a rezar el Oficio Divino o el rosario, que sea malo el ponerse a recapacitar con quién se va a hablar y quién es el que habla, para ver cómo le ha de tratar? Pues yo os digo, hermanas, que antes de comenzar la oración vocal que dediquéis harto tiempo a orar mentalmente, pensando en estos dos puntos que he dicho. Porque no estará bien que hablemos a un príncipe con el mismo descuido con que lo hacemos con un labrador, o de la misma forma como nos hablan a nosotras, que por ser pobres cualquier cosa que nos digan está bien.

Aunque yo sea persona sin instrucción y no sepa como hablarle, por ser un Rey tan humilde no por eso deja de oírme ni me impide acercarme a Él, ni me echan los ángeles fuera de su presencia; porque saben muy bien los ángeles que están allí cómo es su Rey, que gusta más de las palabras sencillas de un pastorcito humilde, que de los muy sabios y doctos, por elegantes razonamientos que hagan si no van revestidos de humildad. Así que no porque Él sea bueno hemos nosotras de ser desconsideradas. Aunque sólo fuese para agradecerle el mal olor

que debe sufrir al consentir tener cerca de sí a una como yo, procuremos caer en la cuenta de cuán alta es su limpieza y quién es Él. Ciertamente que no nos trata como lo hacen los señores de acá, a los que sólo les interesa saber a qué familia pertenecemos, el dinero que poseemos, nuestros títulos de nobleza, y no les importa más. Porque la gente de mundo no se fija tanto en las personas, por mucho que lo merezcan, como en lo que poseen y ostentan.

¡Oh miserable mundo! Alabad mucho a Dios, hijas, porque habéis dejado una cosa tan ruin, en donde no se mira a lo que las personas en sí tienen, sino de lo que tienen en dinero o posesiones; y cuando nada tienen, no se les considera. Cosa graciosa es ésta que os puede de servir de entretenimiento cuando estéis en vuestra recreación, pues buen pasatiempo es reírse de la ceguedad con que se trata la gente de mundo.

¡Oh Emperador nuestro, sumo poder, suma bondad, la misma sabiduría, sin principio y sin fin! Tus obras no tienen término, son infinitas, y no se pueden abarcar, llenas de maravillas. ¡Oh Hermosura que contienes todas las hermosuras; ¡Oh fortaleza infinita! ¡Quién tuviera toda la elocuencia y sabiduría de los mortales, para poder dar a entender —a lo mucho que acá se pueda llegar a saber, que todo es no saber nada, para este caso— alguna de tus infinitas hermosuras, Señor y bien nuestro!

Por tanto, siempre que comencéis a orar, pensad un rato con quién vais a hablar. Aunque tuviésemos mil vidas no acabaríamos de entender cómo merece ser tratado este Señor, ante quién tiemblan los ángeles en su presencia. Todo lo manda, todo lo puede, su querer es obrar. Pues razón será, hijas, que procuremos deleitarnos en las muchas grandezas que tiene nuestro Esposo, que entendamos con quién estamos casadas y qué vida hemos de llevar por ser sus esposas. ¡Oh, válgame Dios!, esto es lo que en este mundo hacen todas las novias que se van a casar, enterarse primero de cómo es el prometido, qué clase de persona es, cuáles son sus cualidades y que posesiones tiene. Y nosotras, ya desposadas (y todas las almas lo son también por el bautismo), antes de celebrar las bodas — cuando nos lleve a su casa, el cielo—, ¿no pensaremos en nuestro esposo? Pues si aquí las que están desposadas no dejan de pensar en su futuro esposo, ¿por qué nosotras no hemos procurar entender quién es Jesucristo, y quién es su Padre y cuál es la tierra adonde me quiere llevar y qué bienes son los que promete darme, y qué condición tiene, y cómo podré contentarle mejor, y en qué le puedo agradar, y cómo puedo conformar mi vida según la suya? Pues a una mujer que pretende casarse bien no le aconsejan otra cosa sino que procure esto, por muy baja que sea la condición social de su futuro marido.

¿Por qué, Esposo mío, en todo hemos de hacer menos caso de Ti que de los hombres? ¿No soy tu esposa, la que ha de vivir para siempre gozando contigo? Si un esposo llega a ser tan celoso que no deja que su esposa hable con nadie,

¡linda cosa sería que ella no pensase en cómo agradarle y las razones que tiene para quererlo, y que no necesita hablar con ningún otro, pues en él encuentra todo lo que puede querer!

Esto es oración mental, hijas mías, entender estas verdades. Si queréis además de entender esto, rezar vocalmente, enhorabuena. Pero no estéis hablando con Dios y con la mente pensando en otras cosas, que así nunca podréis hacer oración mental. Creo que os lo he dado a entender. Ruego al Señor lo sepamos poner en práctica. Alabad a Dios, por su omnipotencia y porque nadie os podrá separar de Él. Y la que no pueda rezar vocalmente con esta atención, sepa que no cumple con su deber; y que está obligada a ello —si quiere rezar con perfección— y deberá procurarlo con todas sus fuerzas, so pena de no cumplir con su obligación de esposa de tan gran rey. Suplicadle, hijas, me dé la gracia para que yo lo viva como os lo aconsejo, pues mucho me falta. Su Majestad lo lleve a término por quien es.

## Capítulo 23

*Lo que importa no volver atrás en el camino comenzado de la oración. Lo muy importante que es hacerlo con determinación.*

Muy importante es que comencemos con gran determinación el camino de la oración, por tantas causas que me alargaría mucho si las dijese todas. Sólo os diré tres:

La primera, porque no es razonable que a quien tanto nos ha dado y de continuo nos da, que una cosa que nos hemos determinado a darle (no por cierto sin interés, sino porque sabemos que nos reportará grandes ganancias), que no se la demos con toda determinación sino como quien presta una cosa para volver a tomarla. Esto no me parece a mí que sea dar, y siempre queda disgustado el que le han dado una cosa y se la vuelven a tomar, en especial si la necesitaba y la tenía ya como suya. Más todavía si son amigos y si esta persona le dio antes muchas cosas sin ningún interés. Con razón le parecerá mezquindad y muy poco amor, que incluso una cosita suya no quiere dejar en su poder, aunque sólo fuese como una señal de lo que le quiere.

¿Puede haber una esposa que recibiendo muchas joyas de valor de su esposo no le dé siquiera una sortija, no por lo que vale, que ya todo es suyo, sino como prenda de que será suya hasta la muerte? Pues ¿qué menos merece este Señor, para que nos burlemos de él dándole y volviendo a tomar la nonada que le damos? Ya que le queremos dar este poquito de tiempo de cuanto gastamos en nosotros mismos y en quien no nos lo agradecerá, démoselo del todo con el pensamiento libre y desocupado de otras cosas, y con toda determinación de nunca jamás volverlo a tomar por muchos trabajos, contradicciones o sequedades

que nos vengan. Como ya se lo hemos dado, ya no nos pertenece ese tiempo, por lo que me lo puede pedir en justicia cuando del todo no se lo quiera dar.

Al decir "del todo" no significa que tener que dejar la oración uno o varios días por cualquier ocupación justa o por cualquier indisposición, sea tomárselo de nuevo. Lo importante es que la intención sea firme, que no es nada delicado mi Dios: no se fija en las menudencias. Así tendrá que agradeceros el que le hayáis dado algo. Lo otro, el sólo prestar, puede servir para quien no es generoso, sino tan mezquino que no tiene corazón para dar; bastante hace con prestarlo. En fin, cualquier cosa que le hagamos, todo lo tiene en cuenta este Señor nuestro; a todo se conforma. Para perdonarnos y agradecernos lo que le hacemos no es nada menudo, sino generoso. Para pagarnos el bien que le hacemos es tan mirado, que incluso una jaculatoria que elevamos al cielo, por acordarnos de Él, no dejará sin premio.

La segunda causa por la que se debe comenzar con determinación el camino de la oración es porque de esta forma el demonio no tendrá tantas oportunidades para tentarnos. Tiene gran miedo a las almas determinadas, pues tiene ya experiencia que le hacen gran daño, y cuanto él ordena para dañarlas, viene en provecho de ellas, saliendo él con pérdida. Y aunque sea muy cobarde, no debemos estar descuidados ni confiados porque es muy traidor, que a los que están prevenidos no osa tanto acometer, mas si ve descuido de nuestra parte, hace gran daño. Y si conoce a uno por mudable y que no está firme en el bien y con gran determinación de perseverar, no le dejará ni a sol ni a sombra. Miedos le pondrá e inconvenientes que nunca acaben. Yo lo tengo sabido muy bien esto por experiencia, y así os lo digo, que no sabe nadie lo mucho que importa.

La última causa es porque el que comienza con determinación pelea con más ánimo, pues ya sabe que, venga lo que viniere, no ha de tornar atrás. Es como el que está en una batalla y sabe que si le vencen, que no le perdonarán la vida, y que si no muere en la batalla que ha de morir después; en esta situación pelea con más determinación y quiere les cueste mucho su vida —como dicen— y no teme tanto los golpes, porque lo que le importa es la victoria, que ya sabe que le vale la vida.

Debemos también comenzar convencidos de que, si no nos dejamos vencer, que llegaremos a la meta; esto sin ninguna duda, que por poca ganancia que saquen, que saldrán muy ricos. No temáis que os deje morir de sed el Señor, pues os llama a que bebáis de esta fuente. Esto es fundamental que no lo olvidéis, porque este camino acobarda mucho a las personas que aún no conocen del todo ni tienen experiencia de la bondad del Señor, aunque le conozcan por fe. Mas es gran cosa haber experimentado la amistad y regalo con que trata a los que van por este camino, y cómo casi les paga todos los gastos.

Los que esto no han probado, no me sorprende que deseen saber de antemano con que seguridad obtendrán alguna ganancia. Pues ya sabéis que es el ciento por uno, aun en esta vida, y que nos lo ha prometido el Señor con estas palabras: "Pedid y se os dará". Si no creéis a Su Majestad en las partes de su Evangelio en que asegura esto, poco aprovechará que me quiebre yo la cabeza en decirlo. Si a alguien le queda alguna duda, poco perderá con probarlo; que eso tiene de bueno este camino de la oración, que se nos da más de lo que se nos pide y de lo que deseáramos alcanzar. Esto lo tengo por seguro, yo sé que es así. Y las que sabéis por experiencia de la bondad de Dios, puedo presentar por testigos.

## Capítulo 24

*Cómo debemos rezar con perfección la oración vocal, y cómo va unida a ella la oración mental.*

Ahora tornemos a hablar sobre las almas que tienen gran dificultad para recogerse y para sujetar su entendimiento en la oración mental o meditación. A estas personas sólo el nombre de oración mental o contemplación parece las atemoriza, y puede ser que alguna de éstas nos llegue a esta casa, pues, como he dicho, no van todas las almas por un mismo camino.

Es razonable, para poder rezar vocalmente, que entendáis lo que decís. Y porque la que no puede pensar en Dios, las oraciones largas también le cansan, no me voy a referir a estas oraciones largas, sino a las que tenemos obligación de rezar como cristianos, esto es, al Padrenuestro y al Avemaría; para que no nos puedan decir que rezamos sin entender lo que decimos. Por tanto, no es suficiente con que recitemos las oraciones rutinariamente. Porque cuando digo "creo", debo entender y saber lo que creo; y cuando digo "Padre nuestro", razón es que entienda quién es este Padre nuestro y quién es el maestro que nos enseñó esta oración.

Porque si este maestro nos la enseñó con tanto amor y deseo para que nos aprovechase, acordémonos continuamente de Él cuando la recitemos, y amémosle mucho, aunque no lo consigamos siempre por nuestra flaqueza.

Ya sabéis que Su Majestad nos ha enseñado que oremos a solas; así lo hacía Él siempre que quería orar, y no porque tuviese necesidad, sino para que nos sirviese de modelo. Rezar a solas significa que no se puede estar hablando al mismo tiempo con Dios y con el mundo, que no es otra cosa estar rezando y escuchando por otra parte lo que otros hablan, o pensar sin más en lo que nos viene a la imaginación. Habrá días en que por el estado de ánimo —sobre todo en las personas que tienden a la depresión— o por cansancio mental, aunque tratemos de concentrarnos en la oración, nos veamos incapaces de hacerlo. Son los días en que Dios permite que pasemos grandes tempestades para beneficio

nuestro; en los que con pena procuramos aquietarnos, más no podemos mantener la atención en lo que rezamos, por más que lo intentamos; en los que parece que no se asienta en nada el entendimiento, andando desbaratado, inquieto y perdido.

Y por la pena que da a quien lo sufre, se ve que no es por su culpa. No se fatigue por ello en esos días, que es peor, ni se canse por tratar de aquietar y recoger el entendimiento, sino rece como pueda; e incluso no rece, sino como enferma procure dar alivio a su alma haciendo cualquier otra obra de virtud.

Esto lo aplico a personas que ya tienen vida de oración y que han entendido que no pueden hablar con Dios y con el mundo al mismo tiempo.

Procuremos, por tanto, estar a solas, para que caigamos en la cuenta de a quién estamos tratando y entendamos lo que nos responde el Señor a nuestras peticiones. ¿Pensáis que está callado? Aunque no le oímos, bien habla al corazón cuando le pedimos de corazón.

También es bueno considerar que cada una de nosotras somos las personas a las que el Señor enseñó esta oración y que nos la está enseñando ahora, y que está muy cerca de nosotras, y que no tiene necesidad de alzar la voz para que le escuchemos. Esto es lo que quiero que entendáis para que podáis rezar bien el Padrenuestro: que por nada apartemos la atención del Maestro que nos la está enseñando.

Diréis que esto es ya meditar, que no podéis meditar ni aun lo deseáis, sino que tan sólo queréis rezar vocalmente; de esta forma os comportáis como aquellas personas poco mortificadas y muy amigas de que les tengan compasión, que como no están acostumbradas a recoger el pensamiento al principio de la oración, y por no cansarse un poco, dicen que no pueden más y que no saben meditar, sino rezar vocalmente.

Ciertamente, tenéis razón al decir que esto es ya oración mental. Mas no sé cómo se puede separar la oración mental de la vocal, pues si queremos rezar bien la oración vocal tenemos que caer en la cuenta de con quién estamos hablando. Obligación nuestra es poner la atención en lo que rezamos. Ruego a Dios, que mediante estos consejos, que lleguemos a rezar bien el Padrenuestro. Así lo he comprobado yo, que el mejor remedio que he visto para rezar bien vocalmente, es procurar tener el pensamiento en quien nos enseñó la oración. Por eso tened paciencia y procurad acostumbraros a cosa tan necesaria para rezar como buenos cristianos.

## Capítulo 25

*Lo mucho que gana un alma que reza con perfección vocalmente, y cómo acaece levantarla Dios de allí a cosas sobrenaturales.*

Y porque no penséis se saca poca ganancia de rezar vocalmente con perfección, os digo que es muy posible que estando rezando el Padrenuestro u otra oración vocal, que os ponga el Señor en contemplación perfecta. Por estas vías muestra Su Majestad que escucha al que le habla y le manifiesta su grandeza, suspendiéndole el entendimiento y atajándole la imaginación, tomándole —como dicen— la palabra de la boca, que aunque quiere no puede hablar si no es con mucha pena. Sin ruido de palabras le enseña este Maestro divino, suspendiéndole las potencias, porque si las tuviese activas más le dañarían que aprovecharían. Estas almas gozan sin entender cómo gozan. Está el alma abrasándose en amor y no entiende cómo ama. Conoce que goza de lo que ama y no sabe cómo lo goza. Bien entiende que no es gozo que alcanza el entendimiento a desear. La voluntad lo abraza sin entender cómo. Mas si algo entiende es que este bien no se puede merecer por todos los trabajos que se puedan pasar para ganarlo en este mundo. Es un don celestial del Señor. Esta oración, hijas, es lo que llamamos contemplación perfecta.

Ahora podéis entender la diferencia que hay entre ella y la oración mental, que es lo que queda dicho: pensar y entender qué hablamos y con quién hablamos y quiénes somos los que osamos hablar con tan gran Señor. Pensar esto y otras cosas semejantes, como lo poco que le hemos servido y lo mucho que estamos obligados a servirle, es oración mental. No penséis que es otra cosa distinta, ni os espante el nombre. Rezar el Padrenuestro y el Avemaría o lo que quisieréis, es oración vocal.

Fijaos qué mal puede sonar la oración vocal si no va acompañada de la mental, incluso las palabras no llevarán la entonación adecuada. En estas dos cosas, oración mental y vocal, algo podemos hacer nosotros, con el favor de Dios; en la contemplación, a la que me he referido ahora, nada podemos, sino disponernos con la oración; Su Majestad es el que todo lo hace, que es obra suya, toda sobrenatural.

Ya expliqué muy largamente —lo mejor que supe hacer— en qué consiste esto de la contemplación en la relación que escribí sobre mi vida y que me mandaron mis confesores. No lo digo aquí de nuevo, tan sólo lo menciono. Las que os sintáis dichas porque el Señor os ha llevado a este estado de contemplación, os aconsejo que leáis estos escritos, porque contienen puntos y avisos que el Señor quiso que acertase a decir, los cuales os consolaran mucho y aprovecharan, tal como les ha parecido a algunos. Mucha vergüenza me da deciros que hagáis caso de mí, y el Señor sabe la confusión que siento al escribiros. ¡Bendito sea Él

que así se vale de mí! Las que tengan oración sobrenatural, procuren leer estos escritos después que yo esté muerta; las que no, no tienen para qué, tan sólo esfuércense en hacer lo que ya he dicho. Déjenle al Señor hacer, que es quien lo ha de dar y no os lo negará si no os quedáis en el camino y os esforzáis peleando como queda dicho hasta llegar hasta el fin.

## Capítulo 26

*La manera y los medios para poder recoger el pensamiento.*

Ahora volvamos a nuestra oración vocal para rezarla como es debido y para que, sin saber cómo, mediante ella recibamos Dios nos conceda sus gracias.

Lo primero que debéis hacer al comenzarla es examinar vuestra conciencia, reconocer vuestros pecados y santiguaros.

Procura luego, hija, ya que estás sola tener compañía (ponerte en presencia de Dios). Pues ¿qué mejor compañía que la del mismo maestro, que te enseñó la oración que vas a rezar? Representate al mismo Señor junto a ti y mira con qué amor y humildad te la está enseñando. Y créeme, mientras te sea posible no estés sin tan buen amigo. Si te acostumbras a traerle dentro de ti y Él ve que lo tratas con amor y que andas procurando contentarle, estará siempre contigo y no te faltará en ningún momento; te ayudará en todos tus trabajos y le tendrás en todas partes: ¿piensas que es poco tener tal amigo al lado?

¡Oh hermanas, las que no podéis meditar mucho ni podéis mantener el pensamiento sin distraeros!, ¡acostumbraos a esto! Sé que lo podéis hacer, porque yo pasé muchos años en este mismo trabajo de no poder sosegar el pensamiento en una cosa, siendo algo tan fundamental. No nos dejará el Señor solos, sin acompañarnos, si se lo pedimos humildemente. Y si en un año no lo alcanzamos, que sea en más. No nos duela el tiempo que sea preciso. No tengamos prisa. Esforcémonos por acostumbrarnos a tener dentro a este verdadero Maestro.

No os pido ahora que penséis en Él ni que saquéis muchos conceptos ni que hagáis grandes y delicadas consideraciones con vuestro entendimiento; no os pido más de que le miréis. Pues ¿quién os impide volver los ojos del alma a este Señor, aunque sea un momento si no podéis más? Pues si podéis mirar cosas muy feas, ¿no podréis mirar la cosa más hermosa que se puede imaginar? Porque nunca, hijas, quita vuestro Esposo los ojos de vosotras. Os ha sufrido mil cosas feas y abominaciones contra Él, las cuales no han bastado para que os deje de mirar, ¿y es mucho que, quitados los ojos de estas cosas exteriores, le miréis algunas veces a Él? Mirad que no está aguardando otra cosa, como dice a la esposa, sino a que le miréis. Como le queréis, le hallaréis. Tiene en tanto que le volvamos a mirar, que no quedará por parte suya.

Y si una mujer que quiere ser buena esposa, ha de mostrarse triste si él está triste, y alegre —aunque no lo esté— si él está alegre (mirad de qué sujeción os habéis librado, hermanas), esto en verdad hace el Señor con nosotras: que Él se hace el esclavo, y quiere que seas tú la señora, y andar Él sujeto a tu voluntad. Si estás alegre, mírale resucitado, que con sólo imaginar cómo salió del sepulcro te alegrará. ¡Con qué claridad y con qué hermosura salió! ¡Con qué majestad, cuán victorioso y qué alegre! Como quien salió de la batalla en la que ganó su gran reino, que todo lo quiere para ti, hasta darse Él mismo a ti. Pues ¿es pedirte mucho que a quien tanto te da que le vuelvas alguna vez los ojos para mirarle?

Si estás con trabajos o triste, mírale camino del huerto: ¡qué aflicción tan grande albergaba su alma! O mírale atado a la columna, lleno de dolores, todas sus carnes hechas pedazos por lo mucho que te ama; tanto padecer, perseguido de unos, escupido de otros, negado de sus amigos, desamparado de ellos, sin nadie que le defienda, helado de frío, sintiéndose tan sólo como te sientes tú, que los dos os podéis consolar mutuamente. O mírale cargado con la cruz, que no le daban tiempo ni para respirar. Él te mira con unos ojos tan hermosos y compasivos, que olvidará sus dolores para consolar los tuyos, con tal de que te vayas a consolar con Él y le mires un poco.

Si te enterneces de verle así, dile que no sólo quieres mirarle, sino que gozas conversando con Él, no con palabras complicadas, sino con lo que te salen del corazón.

¡Oh Señor del mundo, verdadero Esposo mío! ¿Tan necesitado estás que admites en tu compañía a una persona tan pobre como la mía? Veo en tu semblante que te has consolado conmigo. Pues ¿cómo, Señor, es posible que te dejen solo los ángeles, y que aun tu Padre no te consuele? Si todo lo quieres sufrir por mí, ¿qué es esto que yo paso por Ti? ¿De qué me quejo? Me da tanta vergüenza, Señor, de verte así, que quiero sufrir todos los trabajos que me vengan y tenerlos por un gran bien por imitarte en algo. Caminemos juntos, Señor. Por donde vayas, yo quiero ir. Por donde pases, quiero pasar.

Participa, hija, de aquella cruz. No te importe que te atropellen los judíos, para que Él no vaya con tanto trabajo. No hagas caso de lo que te digan. Hazte sorda a las murmuraciones. Tropezando y cayendo con tu Esposo, no te apartes de la cruz ni la dejes. Mira el cansancio con que camina y cuán grandes son en comparación sus trabajos con los que tú padeces, por grandes que los quieras pintar. Y por mucho que te hagan sufrir, saldrás consolada al ver lo ridículos que son comparados con los del Señor.

Os preguntaréis, hermanas, que cómo se puede mirarle, que si hubieseis visto al Señor con vuestros propios ojos cuando andaba por este mundo, que de muy buena gana le mirarías siempre.

No lo creáis, que quien ahora no se quiere esforzar un poquito para recogerse y poder mirar dentro de sí al Señor (cosa que podéis hacer sin peligro), mucho menos se hubiese puesto al pie de la cruz con la Magdalena, arriesgándose a que la maten. Mas ¡cuánto debía estar pasando la gloriosa Virgen y esta bendita Santa! ¡Cuántas amenazas, malas palabras, enfrentamientos, y que de barbaridades! ¡Qué gentuza las rodeaba! Sí, que eran mandados por el infierno, ministros del demonio. Debió ser terrible lo que pasaron.

Así que no penséis que valdréis para los grandes trabajos, si no sois capaces de sufrir las cosas pequeñas. Solamente si os ejercitáis en éstas, podréis pasar a otras mayores.

Procura ayudarte llevando contigo una imagen o retrato de este Señor que sea de tu gusto; no para no mirarla nunca, sino para hablar muchas veces con Él, que Él te inspirará que le debes decir. Al igual que hablas con otras personas, ¿por qué te han de faltar las palabras para hablar con Dios? No te disculpes alegando razones; al menos yo no te creeré; porque el que acostumbra a no tratar con una persona, al final llega a considerarla como una extraña, llegando a no saber qué conversar con ella, pues le parece que apenas la conoce; y esto ocurre aun con los familiares y amigos, porque la familiaridad y la amistad se pierden con la falta de comunicación.

También os puede ayudar el leer un buen libro de oraciones, y de forma gradual ir acostumbrando al alma a recoger el pensamiento con halagos y artificios para no atemorizarla. Pensad que vuestra alma hace muchos años que se alejó de su esposo, y ha de acostumbrarse de nuevo a estar en su casa, que así somos los pecadores. Tenemos tan acostumbrada nuestra alma y pensamiento a andar a su placer –o pesar, por mejor decir–, que la triste alma no se entiende, que para que vuelva a tomar cariño a estar en su casa se necesitan muchas artimañas, y si no lo logramos poco a poco, nunca haremos nada.

Y os vuelvo a repetir que si ponéis mucho cuidado en acostumbraros a considerar que traéis dentro de vuestra alma a este Señor, hablando con Él muchas veces, que sacaréis tan gran ganancia que no tengo palabras para expresarlo. Poneos cerca de este buen Maestro, muy determinadas a aprender lo que quiera enseñaros, y Su Majestad hará que salgáis buenas discípulas mientras no le dejéis. Fijaros las palabras que salen esta boca divina, y ya con las primeras os daréis cuenta del amor que os tiene, que no es pequeño bien y satisfacción del discípulo ver que su maestro le ama.

## Capítulo 27

*El gran amor que nos mostró el Señor en las primeras palabras del Padrenuestro. Lo mucho que importa no hacer ningún caso del linaje familiar a las que de veras quieren ser hijas de Dios.*

«Padre nuestro que estás en los cielos». ¡Oh Señor mío, cómo pareces Padre de tal Hijo y cómo parece tu Hijo hijo de tal Padre! ¡Bendito seas por siempre! ¿No debería ser al final de la oración cuando nos hicieses esta merced tan grande? Ya desde el principio nos llenas las manos. Sólo estas palabras bastarían para que quedásemos tan fascinados que no acertásemos a decir palabra.

¡Qué bien nos vendría aquí el don de la contemplación perfecta! ¡Cómo de esa manera podría el alma recogerse dentro de sí para que este santo Hijo le diese a entender qué cosa es el cielo, el lugar donde está su Padre!

¡Hijo de Dios y Señor mío, cuánto nos regalas con las primeras palabras! Llegas a tal extremo de humildad que no sólo te haces hermano nuestro, siendo tan bajos y miserables, sino que te pones con nosotros a pedir al Padre. ¿Cómo nos das en nombre de tu Padre todo lo que se puede dar, pues quieres que nos tenga por hijos, pues tu palabra no puede fallar? Le obligas a que la cumpla, que no es pequeña carga, pues siendo Padre tendrá que estar dispuesto tratarnos como a hijos, por graves que sean nuestras ofensas. Si nos tornamos a Él, como el hijo pródigo, nos tendrá que perdonar y consolar en nuestros trabajos, y nos tendrá que alimentar como debe hacerlo tal Padre, que forzoso es que sea mejor que todos los padres del mundo, porque en Él no puede haber sino todo bien cumplido; además, nos hace participantes de tu gloria y herederos contigo.

Señor mío, por el amor que nos tienes y por tu humildad dispuesta a todo, has llegado hasta revestirte de nuestra naturaleza, que pareces que tienes motivos para mirar por nuestro provecho; mas mira que tu Padre está en el cielo; y como Tú lo has dicho, debes mirar por su honra. Ya que te has ofrecido a ser deshonorado por nosotros, deja a tu Padre libre; no le obligues a tanto por gente tan ruin como yo, que tan mal sabe darle las gracias.

¡Oh buen Jesús, qué claramente nos has dicho que eres una cosa con tu Padre, y que tu voluntad es la suya y la suya tuya! ¡Qué confesión tan clara! ¡Qué amor tan grande nos tienes! Has ocultado al demonio que eres Hijo de Dios, y por el gran deseo que tienes de nuestro bien nos lo dices a nosotros. Bien veo, mi Jesús, que has hablado como Hijo predilecto, por Ti y por nosotros, y que eres poderoso para que se haga en el cielo lo que dices en la tierra. Bendito seas por siempre, Señor mío, que tan amigo eres de dar, que no se te pone cosa delante.

¡Qué buen maestro es el Señor, pues para disponernos a aprender lo que nos enseña, comienza haciéndonos tan gran merced! ¿No os parece razón suficiente

para que mientras digamos vocalmente estas palabras, que dejemos de entender con el entendimiento, y se deshaga en pedazos nuestro corazón de ver tanto amor? Pues ¿puede haber un hijo en el mundo que no procure saber quién es su padre, sobre todo cuando es tan bueno y de tanta majestad y señorío? Si no lo fuera, comprendería que no quisiéramos reconocer que somos sus hijos, porque anda el mundo tal mal que si el padre es de condición más baja que la del hijo, que éste siente vergüenza de reconocerle por padre.

Ruego a Dios que en esta casa nunca se dé una cosa de estas, sería un infierno; sino que la que provenga de familia de condición más alta, que sea la que hable menos de su padre. Todas habéis de ser iguales en esto.

¡Oh Colegio de Cristo, donde quiso el Señor que mandará Pedro, un pescador! Bien sabía Su Majestad como habrían de discutir en el mundo sobre cuál sería el más alto. Dios os libre de semejantes contiendas, aunque sea de broma. Y cuando algo de esto se dé en alguna, póngase pronto remedio, hasta que entienda lo baja y ruin que es. No se conozca aquí otro padre para jactarse de él, si no fuere el Buen Padre que nos da el buen Jesús. Y procurad, hijas mías, ser tales que merezcáis regalaros en vuestro Padre, y echaros en sus brazos. Ya sabéis que no os echará de sí, si sois buenas hijas. Pues ¿quién no procurará no perder a tal Padre?

¡Oh, válgame Dios!, mucho tenemos aquí en qué poder consolarnos, que por no alargarme más lo dejo a vuestra consideración. Entre tal Hijo y tal Padre forzado ha de estar el Espíritu Santo, para que enamore vuestra voluntad y la inflame en grandísimo amor.

## Capítulo 28

*En que consiste la oración de recogimiento. Algunos medios para acostumbrarse a ella.*

Ahora mirad que dice vuestro Maestro: «Que estás en el cielo».

¿Pensáis que importa poco saber qué cosa es el cielo y en dónde debéis buscar a vuestro sacratísimo Padre? Pues yo os digo que para entendimientos distraídos importa mucho, no sólo creerlo, sino procurar haberlo experimentado. Porque es una de las cosas que ata mucho el entendimiento y hace recoger el alma.

Dios está en todas partes. Donde está el rey, allí debe estar la corte. Si donde está Dios es el cielo, donde está Su Majestad allí está toda la gloria. Pues mirad que dice San Agustín que le buscaba en muchas partes y que le vino a hallar dentro de sí mismo. ¿Pensáis que importa poco para un alma derramada y distraída entender esta verdad y ver que no necesita tener que ir al cielo para poder hablar con su Padre Eterno, ni para regalarse con Él, ni que precisa hablar

a gritos? Por muy bajo y suave que hable, está tan cerca que nos oír. Ni el alma necesita de alas para ir a buscarle, sino ponerse en soledad y mirarle dentro de sí y no extrañarse de tan buen huésped; hablarle con gran humildad y pedirle como a padre, contándole todos sus trabajos y suplicándole les ponga remedio, reconociendo no ser digna de ser su hija.

No caigáis en los encogimientos que tienen algunas personas, que piensan es humildad. Pues no está la humildad en que si el rey os hace una merced en que no la toméis, sino en tomarla y entender cuán sobrada os viene y holgaros con ella. ¡Menuda humildad, que tenga yo al Emperador del cielo y de la tierra en mi casa –que se viene a ella para regalarse y gozarse conmigo–, y que por humildad no le quiera responder ni estarme con Él ni tomar lo que me da, sino que le deje sólo; y que estando rogándome que le pida, que por humildad me quede pobre, y aun le deje ir, al ver que no acabo de determinarme!

Desprenderos, hijas, de estas humildades, y tratadle a Él unas veces como a padre, otras como a hermano, como a señor o como a esposo; a veces de una manera, a veces de otra, que Él os enseñará lo que habéis de hacer para contentarle. No seáis bobas; tomadle la palabra, que es vuestro Esposo, que os trate como a esposas. Mirad que os va mucho saber esta verdad: que está el Señor dentro de nosotras, y que allí nos estemos con él.

Con este modo de rezar, aunque sea vocalmente, mucho más rápidamente se recoge el entendimiento, y es oración que trae consigo muchos bienes. Se llama recogimiento, porque el alma recoge todas las potencias y se entra dentro de sí con su Dios, y viene con más brevedad a enseñarla su divino Maestro y a darla oración de quietud, que de ninguna otra manera. Porque allí metida consigo misma, puede pensar en la Pasión y representar allí al Hijo y ofrecérselo al Padre, sin cansarse el entendimiento andando buscándole en el monte Calvario, en el huerto o en la columna.

Las que de esta manera pueda encerrarse en este cielo pequeño de nuestra alma, donde está el que hizo el cielo y la tierra, acostumbándose a no mirar ni a estar donde se distraigan los sentidos exteriores, crea que lleva excelente camino y que no dejará de llegar a beber el agua de la fuente. Adelantará mucho en poco tiempo. Es como el que va en una nave, que con un poco de buen viento llega a su destino en pocos días con el favor de Dios, y los que van por tierra tardan más.

Estos, los que saben recogerse, están ya, como se dice, puestos en la mar; que, aunque del todo no han dejado la tierra, hacen lo que pueden por librarse de ella, recogiendo sus sentidos en sí mismos. Si es verdadero el recogimiento claramente se ve, porque produce algún efecto. No sé cómo darlo a entender. Quien lo tenga, lo entenderá. Es como que el alma se hace dueña de la situación, pues sabe lo que son las cosas del mundo. Es como meterse en una fortaleza para no temer los enemigos: un retirarse los sentidos de estas cosas exteriores y

dejarlas de tal manera que, sin darse cuenta, se cierran los ojos para no verlas, porque más se despierte la vista a las cosas del alma.

Así, quien va por este camino casi siempre que reza tiene los ojos cerrados, y es admirable costumbre para muchas cosas, porque es un hacerse fuerza a no mirar las de acá. Esto al principio, que después no se precisa; entonces mayor fuerza se tiene que hacer para abrirlos. Es un fortalecerse y esforzarse el alma a costa del cuerpo, dejándolo sólo y desflaquecido, disponiéndose ella para ir contra él.

Esto no se entiende al principio, porque no es tan grande el recogimiento, pues hay varios grados, y porque al principio cuesta trabajo, porque el cuerpo exige sus derechos y no se da por vencido. Pero si el alma llega a acostumbrarse a andar recogida, si se esfuerza algunos días por recogerse, claramente se verá la ganancia y notará que al empezar a rezar, como las abejas se vienen los sentidos a la colmena y se entran en ella para labrar la miel, y esto sin pretenderlo nosotros. El Señor ha querido que por el tiempo que le han acogido, que merezca estar el alma y la voluntad con este señorío, que con sólo hacer una pequeña indicación para recogerse, le obedezcan los sentidos y se recojan en ella. Y aunque después tornen a salir, es gran cosa haberlos rendido, porque salen como cautivos y esclavos y no hacen el mal que antes solían. Y en cuanto les llama la voluntad, vienen con más presteza, hasta que después de muchas entradas de éstas quiere el Señor se queden ya del todo en contemplación perfecta.

Por tanto, los que se recogen, caminan por mar; y pues tanto nos importa avanzar más deprisa, hablemos un poco de cómo deberemos acostumbrarnos a tan buen modo de proceder. Estas almas están más seguras en las ocasiones; se les pega más pronto el fuego del amor divino, porque con poquito que soplen con el entendimiento, como están cerca del mismo fuego, con una centellica que les toque se abrasan del todo. Como lo exterior no la dificulta, el alma se está a solas con su Dios.

Aunque esto parezca oscuro, lo entenderá quien lo quiera poner por obra. Hagamos cuenta que dentro de nosotras existe un palacio majestuoso, hecho de oro y piedras preciosas, como para tal Señor; y que sois responsables de que este edificio esté así, como a la verdad lo es, que no hay edificio de tanta hermosura como un alma limpia y llena de virtudes, y conforme mayores, más resplandecen las piedras; y que en este palacio está este gran Rey, que ha tenido por bien ser vuestro Padre; y que está en un trono de grandísimo precio, que es vuestro corazón.

Tal vez os parezca poco oportuna esta ficción para dároslo a entender, pero creo que os puede ayudar mucho, en especial a vosotras; porque, como las mujeres no tenemos muchos estudios, todo esto es menester para que entendamos que en verdad hay una cosa sin comparación mucho más preciosa

dentro de nuestras almas que lo que vemos al exterior. No pensemos que estamos huecas por dentro. Tengo por imposible que si tuviésemos el cuidado de acordarnos que tenemos tal huésped dentro de nuestra alma, que no nos daríamos tanto a las cosas del mundo, porque veríamos cuán bajas son en comparación con las que poseemos dentro. Pues, actuamos como las alimañas, que en cuanto ven una presa agradable a la vista, hartan su hambre con ella.

Reiros de mí si queréis, si pensáis que bien claro está, y os doy la razón; porque para mí se me hizo oscuro de entender algún tiempo. Bien entendía que tenía alma; mas lo que merecía esta alma y quién estaba dentro de ella, no lo entendía, porque no cerraba mis ojos a las vanidades del mundo para poder verlo. Si entonces hubiese entendido que en este palacio pequeñito de mi alma cabe tan gran Rey, no le hubiese dejado sólo tantas veces, alguna me habría quedado con Él, y más habría procurado que la casa no estuviese tan sucia. Mas ¡qué cosa más admirable, quien es capaz de llenar mil mundos y muchos más con su grandeza, que haya querido encerrarse en una cosa tan pequeña! Así quiso caber en el vientre de su sacratísima Madre. A la verdad, como es Señor, consigo trae la libertad, y como nos ama, se hace a nuestra medida.

Cuando un alma comienza a recogerse, el Señor al principio no se da a conocer, —por no alborotarla de verse tan pequeña teniendo en sí cosa tan grande—, hasta que la va preparando poco a poco, conforme a lo que es menester para lo que ha de poner en ella. Por esto digo que trae consigo la libertad, pues tiene el poder de hacer grande este palacio. La clave está en que se lo demos por suyo con toda determinación, y que lo vaciemos de huéspedes para que pueda poner y quitar como en casa propia. No se lo neguemos a su Su Majestad. Aun acá nos da pesadumbre tener huéspedes en casa, cuando no podemos decirles que se vayan. Y como Él no va a forzar nuestra voluntad, toma lo que le damos, mas no se da a Sí del todo hasta que nos damos del todo.

Esto es cosa cierta y, porque importa tanto, os lo recuerdo tantas veces. No obra en el alma hasta que no ve que es suya del todo, sin impedimentos. Pues si tenemos el palacio lleno de gente vulgar y de baratijas, ¿cómo va a caber el Señor con su corte? Harto hace con estar un poquito entre tanto sobresalto.

¿Pensáis, hijas, que viene sólo? ¿No veis que dice su Hijo: «que estás en el cielo?». Pues a un Rey así, ciertamente que no le dejan sólo los cortesanos, sino que están con Él rogándole por nosotros para nuestro provecho, porque están llenos de caridad. No penséis que es como acá, que si un señor o prelado favorece a alguno por algún motivo o porque quiere, luego surgen las envidias y es malvisto el pobre agraciado sin haberles hecho nada.

## Capítulo 29

*Otros medios para procurar esta oración de recogimiento. Lo poco que nos debe importar el ser favorecidas de los prelados.*

Huid, por amor de Dios, hijas, de tener en algo estos favores. Procure cada una hacer lo que debe, que si el prelado no se lo agradece, segura puede estar de que se lo pagará y agradecerá el Señor. Sí, que no venimos aquí a buscar premio en esta vida. Siempre tengamos el pensamiento en lo que dura, y de lo de acá ningún caso hagamos, que aun para lo que se vive no es durable; que si hoy se lleva bien con una; mañana, si ve una virtud más en la otra, se llevará mejor con ella, y si no, poco va en ello. No deis lugar a estos pensamientos, que a las veces comienzan por poco y os pueden desasosegar mucho, sino atajadlos pensando que en este mundo no está vuestro reino y cuán pronto tiene todo fin.

Mas aun esto es un mal remedio, y no indica mucha perfección. Lo mejor es que sigáis siendo menospreciada, desfavorecida y abatida, y lo quieras estar por el Señor que está contigo. Entonces pon los ojos en ti y mírate interiormente; encontrarás a tu Maestro, que no te faltará, antes cuanto menos consolación exterior, más regalos te hará. Es muy compasivo, y a personas afligidas y desfavorecidas jamás falta, si confían en Él sólo. Así lo dice David, que «nunca vio al justo desamparado» y que «está el Señor con los afligidos». O creéis esto o no. Si lo creéis, ¿por qué os matáis?

¡Oh Señor mío, que si de veras te conociésemos, no se nos daría nada de nada, porque das mucho a los que de veras se confían en Ti! Creed, amigas, que es gran cosa entender esta verdad, que los favores de acá todos son mentira, cuando desvían algo el alma para estar dentro de sí.

Pues tornando a la oración de recogimiento, os quiero dar a entender cómo el alma que quiera puede entrarse en este paraíso con su Dios, cerrar la puerta tras de sí a todo lo del mundo, estando a solas con su Esposo, sin que nada se lo impida. Digo «quiera», porque entended que esto no es cosa sobrenatural, sino que está en nuestro querer y que podemos nosotros hacerlo con el favor de Dios, que sin Él no se puede nada, ni incluso tener un buen pensamiento. Porque esto no significa silencio de las potencias; sino encerramiento de ellas dentro de sí.

Se puede adquirir esto de muchas maneras, como está escrito en algunos libros que tratan de la oración mental. Como yo no pretendo tanto, sino tan sólo enseñar a rezar bien la oración vocal, no tengo para qué alargarme. Lo único que pretendo es que miremos y estemos con quien hablamos, sin darle la espalda, que no me parece otra cosa estar hablando con Dios y pensar a la vez en mil vanidades. Y viene todo el daño de no entender en verdad que está cerca, sino imaginándole lejos. Y ¡cuán lejos si le vamos a buscar al cielo! ¿Y por qué no te miramos, Señor, si estas tan cerca de nosotros? No parece que nos escuchan los hombres

cuando les hablamos, mientras no vemos que nos miran, y ¿cerramos los ojos para no mirar que nos miras Tú? ¿Cómo vamos a entender que has escuchado lo que te decimos si no te miramos?

Desembaracémonos de todo para llegarnos interiormente a Dios, y aun en las mismas ocupaciones retirémonos a nosotros mismos. Aunque sea por un momento sólo, es muy provechoso para recordar que tengo al Señor que me acompaña dentro de mí. En fin, debemos irnos acostumbrando a gustar de que no necesitamos dar voces para hablarle, porque Su Majestad se dará a sentir que está dentro de nosotros.

De esta suerte rezaremos con mucho sosiego las oraciones vocales, y nos ahorraremos trabajo. Porque al poco tiempo de estar esforzándonos por estarnos cerca de este Señor, nos entenderá por señas, de manera que si debíamos rezar muchas veces el Padrenuestro, nos entenderá con la primera vez. Es muy amigo de quitarnos de trabajo. Aunque en una hora no se lo digamos más de una vez, como entendamos estamos con Él y lo que le pedimos, y la gana que tiene de darnos y cuán de buena gana se está con nosotros, nos daremos cuenta que no le gusta que nos quebrems las cabezas hablándole mucho.

Por eso, hermanas, por amor del Señor, acostumbraros a rezar con este recogimiento el Padrenuestro y veréis la ganancia en poco tiempo. Porque tal modo de orar os habituará rápidamente a no andar con el alma perdida y las potencias alborotadas. Sólo os ruego que lo probéis, aunque os exija algún trabajo al principio. Mas yo os aseguro que no pasado mucho tiempo os será de gran consuelo el comprobar cuán fácilmente podréis encontrar sin cansaros a este santo Padre a quien pedís, hallándole dentro de vosotras mismas.

El Señor os lo enseñe, que de mí os confieso que nunca supe qué cosa era rezar con satisfacción hasta que el Señor me enseñó este modo. Y siempre he hallado tantas ventajas en esta costumbre de recogerme dentro de mí, que por eso me he alargado tanto.

Concluyo diciendo que quien quiera adquirir esta forma de orar —pues está en nuestra mano—, que no se canse de intentarlo. Así irá poco a poco enseñoreándose de sí misma, sin derramarse ni perderse inútilmente al exterior; aprovechándose de los propios sentidos para lo interior. Cuando tenga que hablar, procurare acordarme de que hay Alguien con quien puedo hablar dentro de mí. Si oigo alguna cosa, recordaré que debo de oír a quien más cerca me habla. En fin, caigamos en la cuenta que podemos, si queremos, vivir siempre con tan buena compañía. Nos tendría que doler el haber dejado mucho tiempo solo a nuestro Padre, por lo necesitadas que estamos de Él. Si puede, hablele muchas veces a lo largo del día. Acostúmbrese a ello y saldrá con ganancia, más presto o más tarde. Después que esta gracia le halla concedido el Señor, no la cambiará por ningún tesoro.

Puesto que nada se aprende sin un poco de trabajo, por amor de Dios, hermanas, dad por bien empleado el tiempo y esfuerzo que en esto gastéis. Yo sé que si lo intentáis, en un año y quizás en medio, saldréis con ello, con el favor de Dios. Mirad qué es poco tiempo para tan grande ganancia, que es poner unos buenos cimientos para que si quisiere el Señor levantaros a más grandes cosas, que os encuentre preparada, hallándoos cerca de sí. Ruego a Su Majestad no consienta que nos apartemos de su presencia, amén.

Ahora entendamos cómo prosigue la oración nuestro buen Maestro, cómo comienza a pedir a su santo Padre para nosotros, y qué pide, que bueno es que lo entendamos.

## Capítulo 30

*Lo que importa entender lo que se pide en la oración. Las palabras del Padrenuestro: «Santificado sea tu nombre, venga a nosotros tu reino». Cómo se pueden aplicar estas palabras para tener oración de quietud.*

¿Quién hay, por insensato que parezca, que cuando tiene que pedir algo a una persona importante, que no lleve pensado cómo lo ha de pedir —para contentarle y no serle desabrido—, qué es lo que le ha de pedir, y para qué necesita lo quiere pedirle? Así nos enseña que pidamos nuestro buen Jesús, cosa que me parece que es de notar, pues bien podría haberlo resumido con una palabra diciendo: «dadnos, Padre, lo que nos conviene», ya que a quien tan bien lo entiende todo, no parece era menester decirle más.

¡Oh Sabiduría eterna! Entre Tú y tu Padre esto bastaba, como así lo pediste en el huerto; mostraste tu voluntad y tu temor, y te abandonaste a su voluntad. Mas Tú nos conoces, Señor, y sabes que no estamos tan rendidos como lo estabas Tú a la voluntad de tu Padre, y que necesitamos pedir cosas concretas para que nos paremos a mirar si es bueno lo que pedimos, y si no, que no lo pidamos. Porque somos de tal manera que si no nos dan lo que queremos, con esta libertad que tenemos, no aceptamos lo que el Señor nos quiere dar, aunque sea lo que más nos conviene. Como no vemos ventajas inmediatas no creemos que nos aprovechará.

Por eso nos viene bien que entendamos lo que pedimos en el Padrenuestro, para que si el Padre Eterno nos lo da, no lo rechacemos, y para que pensemos muy bien si nos viene bien, y si no, no se lo pidamos. Pidámosle que nos ilumine, pues estamos ciegos y sentimos hastío para comer los manjares que nos han de dar vida, y en vez de ello comemos los que nos han de llevar a la muerte eterna.

Jesús nos enseña que pidamos: «Santificado sea tu nombre, venga a nosotros tu reino». ¡Qué gran sabiduría la de nuestro Maestro! Él bien sabía lo poquito que podemos y que no podríamos santificar ni alabar ni glorificar como se debe este

nombre santo del Padre Eterno, si no nos daba su reino. De ahí que juntara una cosa junto a la otra, para que entendamos lo que pedimos, y lo que nos importa importunar para alcanzarlo, haciendo cuanto esté de nuestra parte para contentar a quien nos lo tiene que dar.

Una de mayores satisfacciones del cielo a mí parecer es el sosiego y la paz perpetua que allí se experimenta, la alegría de ver la alegría de todos, el ver como todos a una santifican y alaban al Señor y bendicen su nombre y que nadie le ofende. Todos le aman, y nadie entiende otra cosa que amar al Señor, ni puede dejarle de amar, porque le conoce. Y así le amaríamos acá, aunque no con tanta perfección, si le conociésemos más.

Pues tan alta petición nos manda pedir, a buen seguro que no nos pide que pidamos cosas imposibles. Peregrinamos por esta vida navegando en medio de tempestades. Y a algunas almas que sienten el cansancio de la navegación, las pone el Señor en algunos momentos en tal sosiego de las potencias y quietud del alma, que parece les está dando a entender algo de lo que gozaremos en su reino, para que tengamos gran esperanza de ir a gozar perpetuamente lo que acá les da a sorbos.

Este es el principio de la contemplación, la llamada oración de quietud. Y a muchas personas, con sólo rezar oraciones vocales, las puede levantar Dios, sin entender ellas cómo, a subida contemplación. Así, conozco una monja que nunca pudo tener oración sino vocal, y asida a ésta lo tenía todo. Y si no rezaba, andaba su entendimiento tan perdido que no lo podía sufrir. Rezando el Padrenuestro en honor de las veces que el Señor derramó su sangre se estaba dos o tres horas. Vino una vez a mí muy afligida, porque no sabía tener oración mental ni podía contemplar, sino tan sólo rezar vocalmente. Le pregunté qué rezaba; y vi que, asida al Padrenuestro, tenía pura contemplación y la levantaba el Señor a juntarla consigo en oración de unión; y por sus obras claramente se podía vislumbrar que podía recibir tan grandes mercedes, porque había gastado su vida harto bien y religiosamente. Al verla así, alabé al Señor y la tuve envidia por su oración vocal. Por esto pongo tanto empeño, hijas, en que recéis bien las oraciones vocales.

Si esto es verdad —como lo es—, no penséis los que os sentís incapaces de ser contemplativos que estáis libres de serlo. Podéis llegar a serlo con sólo rezar las oraciones vocales como se deben rezar, si obráis con limpia conciencia.

## Capítulo 31

*En qué consiste la oración de quietud. Algunos avisos para los que la tienen.*

Ahora os quiero explicar en qué consiste esta oración de quietud, donde el Señor nos da a entender que oye nuestra petición y comienza a darnos ya aquí su

reino, para que de veras alabemos y santifiquemos su nombre y procuremos lo hagan todos.

Es una cosa sobrenatural y que no la podemos procurar por mucho que nos esforcemos. Porque es un ponerse el alma en paz, o por mejor decir, que la pone el Señor con su presencia, como hizo al justo Simeón, porque todas las potencias se sosiegan. Entiende el alma de una manera que no se puede explicar, que está junto a Dios, que no le falta más que un poquito para llegar a estar unida y hecha una misma cosa con Él. Esto lo entiende no porque lo vea con los ojos del cuerpo ni con los del alma. Tampoco veía el justo Simeón en el niño, tal como iba vestido y viendo a los que le acompañaban, más que a un hijo de gente pobre; mas se lo dio a entender el mismo glorioso Niño, que era el Hijo del Padre celestial. Y así lo entiende el alma en la oración de quietud, aunque no con tanta claridad, porque no sabe explicarlo; más se ve en el reino, cerca del Rey que se le quiere entregar, y el alma le rinde homenaje sin atreverse a pedirle nada. Es como un quedar la persona como muerta interior y exteriormente, sin querer moverse en lo más mínimo. Algo parecido a como cuando un caminante, casi al final de su viaje, hace un pequeño descanso para poder recuperar las fuerzas y volver a caminar. Siente un grandísimo deleite en el cuerpo y una gran satisfacción en el alma. Está tan contenta de verse muy cerquita de la fuente, que aun sin haber bebido del agua se siente saciada. No le parece que se pueda desear más. Todo parece le estorba para poder amar. El entendimiento y la memoria no quieren moverse, aunque no están ausentes, porque se dan cuenta cerca de con quién están, y las dos potencias permanecen libres. La voluntad es aquí la cautiva, y si alguna pena le da es el ver que ha de tornar a tener libertad. El entendimiento y la memoria no quieren entender más que una cosa, y que sólo ésta cosa es necesaria y todas las demás la turban. No se atreve a menear su cuerpo, porque le parece que le podría hacer perder la paz de que goza. El hablar le resulta penoso; con decir «Padre nuestro» una vez, se le pasa una hora. Está en el palacio tan cerquita del Rey, que con señas se entiende con Él. Percibe que ya aquí le ha empezado a dar su reino. No parece que está en el mundo, no quiere mirar ni escuchar más que a su Dios. No le da pena nada. En fin, mientras dura, con la satisfacción y deleite que en sí tiene, está tan embebida y absorta, que considera que nada más se puede desear, y de buena gana diría con San Pedro: «Señor, hagamos aquí tres moradas».

En esta oración de quietud algunas veces hace Dios otra merced, bien dificultosa de entender para la que no tenga gran experiencia; mas la que la tenga lo entenderá. Os dará gran consolación saber en qué consiste, pues creo que Dios muchas veces concede esta merced junto con la otra. Cuando es grande y dura mucho tiempo esta quietud, me parece a mí que si la voluntad no estuviese asida a algo, que no podría durar tanto en aquella paz; porque acaece el alma andar un día o dos con este gozo y se da cuenta de que no está entera en lo que

hace, sino que le falta lo mejor, que es la voluntad, la cual está unida con su Dios y que deja las otras potencias libres para que se ocupen en las cosas de su servicio. Entonces el alma se siente muy apta para tratar con Dios, mientras que se siente torpe y como embotada para ocuparse de las cosas del mundo.

Es una gran merced ésta la que el Señor le hace, porque aquí la vida activa y contemplativa se juntan. Del todo sirve entonces al Señor; porque la voluntad se aplica a su obra —sin saber cómo obra—, y a la vez a la contemplación; las otras dos potencias —el entendimiento y la memoria— sirven en las ocupaciones de Marta; así que Marta y María andan juntas.

Conozco a una persona a la que el Señor la ponía en este estado muchas veces, y que no lograba entender lo que la pasaba; se lo preguntó a un gran contemplativo [San Francisco de Borja], y le dijo que era muy posible que fuese algo sobrenatural, que a él también le solía pasar. El alma está tan satisfecha en esta oración de quietud, que la voluntad de continuo está unida al Señor, pues es lo único que la puede satisfacer.

Me gustaría dar aquí algunos avisos para aquellas hermanas a las que el Señor, por su bondad, ha llevado hasta aquí, que sé que son algunas.

El primero es que como se ven en aquel contento y no saben cómo les vino, y lo único que saben es que no lo pueden alcanzar por sí mismas, les viene esta tentación: que les parece podrán evitar que se les escape, por lo que no se atreven ni a respirar. Lo cual es una tontería, porque así como no podemos hacer que amanezca, tampoco podemos hacer que deje de anochecer. No es ya obra nuestra, que es sobrenatural. Ya que nada podemos hacer para adquirirla o para evitar que se nos vaya, recibamos este don reconociéndonos muy indignos de merecerlo, y démosle gracias, y esto no con muchas palabras, sino con un alzar los ojos como el publicano.

Bueno es procurar más soledad para dejar al Señor que obre como en cosa suya; y a lo más, decir suavemente una palabra de rato en rato, como quien sopla a una vela cuando ve que está a punto de apagarse, para tornarla a encender; mas si ve que la vela está ardiendo, el soplo no sirve sino para apagarla. Suave ha de ser el soplo, para que el entendimiento no se ocupe en componer muchas palabras y no interfiera con la voluntad.

Y notad mucho el siguiente aviso, porque os veréis muchas veces que no os podéis valer con estas dos potencias: el entendimiento y la memoria. Acaece estar el alma con grandísima quietud, y andar el entendimiento tan disperso, que no parece que ocurre en su casa aquello que pasa; y así le parece entonces que no está sino como en casa ajena alojada como huésped y buscando otras posadas en donde residir, que aquélla no le contenta, porque sabe poco estar en un ser. A lo mejor sólo me pasa a mí, y no les pasa a otras. De lo que me pasa hablo, que algunas veces deseo morirme, porque no puedo remediar esta dispersión del

entendimiento. Otras veces parece hace asiento en su casa y acompaña a la voluntad, y cuando todas tres potencias se aúnan, es una gloria. Es como dos esposos, que si se aman, el uno quiere lo que quiere el otro; mas si el marido es un mal esposo, gran desasosiego da a su mujer. Así que la voluntad, cuando se vea en esta quietud, no haga caso del entendimiento, trátelo como si fuese un loco; porque si le quiere traer consigo, forzado se ha de ocupar e inquietar en algo, todo será trabajar y no ganar más, sino perder lo que le da el Señor sin ningún trabajo suyo.

Y advertid esta comparación, que me parece cuadra mucho con lo que os digo: está el alma como un niño que mama en los pechos de su madre, y ella, sin que él succione, le echa la leche en la boca para regalarle. Así es acá, que sin trabajo del entendimiento está amando la voluntad, y quiere el Señor que, sin pensarlo, entienda que está con Él y que sólo trague la leche que Su Majestad le pone en la boca y goce de aquella suavidad; que conozca le está el Señor haciendo aquella merced y se goce de gozarla; mas no la deja entender cómo la goza y qué es lo que goza, sino que se descuide entonces de sí, que quien está cerca de Él no se descuidará de ver lo que le conviene. Porque si la voluntad va a pelear con el entendimiento para darle parte trayéndole consigo, no puede con todo; forzado se verá a dejar caer la leche de la boca y perderá aquel alimento divino.

En esto se diferencia de la oración de unión: porque en ésta última ni siquiera traga el alimento; dentro de sí, sin entender cómo, lo pone el Señor. En la oración de quietud, en cambio, parece que quiere trabaje un poquito, aunque con tanto descanso que casi no se siente. Quien la atormenta es el entendimiento; lo que no ocurre en la oración de unión, porque las tres potencias suspende el que las creó; porque con el gozo que da, todas las ocupa sin saber ellas cómo ni poderlo entender.

La oración de quietud es, por tanto, un contento quieto y grande de la voluntad que no se puede explicar, muy diferente a los contenidos de acá, pues no se puede llegar a sentir aunque el alma disfrute de todos los placeres de este mundo. Es una satisfacción en lo interior de la voluntad, a diferencia de los otros contenidos de la vida, los cuales se gozan en lo exterior de la misma, como en la corteza de ella, podríamos decir. Cuando llegue a estar en tan subido grado de oración, totalmente sobrenatural, si ve que el entendimiento —imaginación o pensamiento— se ocupa de los mayores desatinos del mundo, considérele un necio y no le haga caso, y estese en su quietud, mientras él vaya de un sitio a otro. Como aquí es señora y poderosa la voluntad, ella os lo traerá sin que tengáis que trabajar en ello; mientras que si quiere a fuerza de brazos traerlo, perderá la fortaleza que tiene (la cual le viene de comer y admitir aquel divino alimento), no podrá contra él y ni ninguno de los dos ganarán nada, sino perderán ambos. Dicen que el que mucho aprieta, lo pierde todo; así me parece es también aquí.

Todo esto le parecerá muy oscuro al que no tenga experiencia. Mas al que la tenga, por poca que sea, lo entenderá y se podrá aprovechar de estos avisos.

Puesta el alma en esta oración de quietud, ya parece le ha escuchado el Padre Eterno su petición de darle acá su reino. ¡Oh dichosa petición, en la que tanto pedimos sin entender! ¡Dichosa manera de pedir! Por eso quiero yo, hermanas, que nos fijemos en cómo rezamos esta oración del Padrenuestro y todas las otras oraciones vocales. Porque si nos hace Dios esta merced, estaremos desprendidas de las cosas del mundo; porque entrando en el alma el Señor, todo lo echa fuera.

No digo que todos los que la tengan, que por fuerza han de estar desasidos de todo el mundo; al menos querría que consideren lo que les falta y se humillen y procuren irse desasiendo del todo. El que Dios le dé tal don al alma (ponerle su reino del cielo dentro de sí), es señal que la quiere para mucho, y si no es por su culpa, adelantará mucho. Mas si el Señor ve que el alma se torna a las cosas de la tierra, no sólo no le mostrará los secretos que hay en su reino, mas serán pocas veces las que le haga este favor, y por breve tiempo.

Debido a esto, no hay muchas más personas espirituales. A los que no responden en el servicio conforme a lo que exige tan gran merced, el Señor se la retira, y deja que la voluntad, que ya tenía por suya, la ponga otra vez en las cosas bajas. Pero no del todo le retira lo dado cuando la persona vive con limpia conciencia.

Mas hay personas —y yo he sido una de ellas—, a las que el Señor muestra su cariño, les da inspiraciones santas y luz de lo que es todo, y a pesar de darles su reino y ponerles en esta oración de quietud, ellas continúan haciéndose las sordas. Porque son muy amigas de hablar y de rezar de prisa muchas oraciones vocales queriendo acabar su tarea, las que tienen prescritas rezar cada día, y aunque les ponga el Señor su reino en las manos, no lo aceptan; sino que ellas con su forma de rezar piensan que obran mejor, y se incapacitan para tener oración de quietud.

No actuéis así, hermanas, sino estad atentas a si el Señor os hace esta merced. Mirad que perdéis un gran tesoro y que hacéis mucho más con una palabra rezando de cuando en cuando un Padrenuestro, que con rezarlo muchas veces de prisa. Si estáis muy cerca del Señor, no os dejará de oír. Creed que esto es verdaderamente alabar y santificar su nombre.

## Capítulo 32

*Las palabras del Padrenuestro: "Hágase tu voluntad así en la tierra como en el cielo". Lo mucho que importa decir estas palabras con toda determinación, y cuán bien lo paga el Señor.*

Ahora que nuestro buen Maestro nos ha pedido y enseñado a pedir cosa de tanto valor, que encierra en sí todas las cosas que acá podamos desear, y nos ha hecho la gran merced de hacernos hermanos suyos, veamos qué quiere que demos a su Padre y qué le ofrece por nosotros y qué es lo que nos pide; que razón es que le sirvamos con algo por tan grandes mercedes. ¡Oh buen Jesús, que tan poco nos exiges en comparación con lo que pides para nosotros! Todo lo que nos pides es nada comparado con lo que debemos a tan gran Señor. Más cierto es, Señor mío, que no es poco hacer todo lo que podemos y darte nuestra voluntad de verdad como lo decimos.

"Hágase tu voluntad, y así como se hace en el cielo, así se haga en la tierra".

Bien hiciste, nuestro buen Maestro, de pedir la petición pasada para que podamos cumplirla. Porque, cierto, Señor, si así no fuera, imposible me parece que la cumplamos. Mas haciendo tu Padre lo que Tú le pides de darnos acá su reino, yo sé que podremos hacer lo que nos pides; porque hecha la tierra cielo, bien posible es que se haga en mí tu voluntad. Mas sin esto, y en tierra tan ruin como la mía y tan sin fruto, no sé, Señor, cómo sería posible. Es gran cosa lo que nos dais.

Cuando pienso en esto, me acuerdo de aquellas personas pusilánimes que no se atreven a pedir trabajos al Señor porque piensan que luego se los ha de dar. No me refiero a los que lo hacen por humildad, que les parece que no serán capaces de sufrirlos; aunque tengo para mí que quien les da el deseo para pedir este medio tan áspero para que le demostremos nuestro amor, les dará las fuerzas para sufrirlos. Querría preguntar a los que no piden trabajos, por miedo a que se los conceda, lo que están diciendo cuando suplican al Señor que cumpla su voluntad en ellos, o es que lo dicen por decir lo que dicen todos, mas no para hacerlo. Esto, hermanas, no está bien. Mirad cómo el buen Jesús hace aquí las funciones de embajador nuestro, intercediendo entre nosotros y su Padre, y lo mucho que le ha costado; y no es razón que lo que ofrece por nosotros lo dejemos de hacer de verdad, y sino, no lo digamos.

Mirad que su voluntad se ha de cumplir, queramos o no, y se ha de hacer su voluntad en el cielo y en la tierra; si esto es así, haced de la necesidad virtud. ¡Oh Señor mío, qué gran regalo es éste para mí, que no dejas de querer que una tan ruin como yo que cumpla tu voluntad! Bendito y alabado seas por siempre. Glorificado sea tu nombre. ¡Buena estaría yo, Señor, si estuviera en mis manos el cumplirse tu voluntad o no! Ahora la mía os doy libremente, aunque no vaya libre

de interés; porque ya tengo probado, y tengo gran experiencia de ello, la ganancia que es dejar libremente mi voluntad en la tuya. ¡Oh amigas, qué gran ganancia hay aquí! ¡Y qué gran pérdida si no cumplimos lo que decimos al Señor en el Padrenuestro en esto que le ofrecemos!

Antes que os diga lo que se gana, os quiero declarar lo mucho que ofrecéis, no os llaméis después a engaño y digáis que no lo entendisteis. No seamos como algunas religiosas que no hacen sino prometer, y como no cumplen nada, se justifican diciendo que cuando hicieron profesión que no entendieron lo que prometían. Porque decir que dejamos nuestra voluntad en otra parece muy fácil, pero dificultoso de obrar, hasta que en la prueba entendemos que es la cosa más recia que se puede hacer, si se cumple como se ha de cumplir. Hacedlo así entender a las que acá hagan profesión, mediante largas pruebas, no piensen que han de ser sólo palabras, sino obras también. Mas no todas las veces nos llevan con rigor los prelados porque nos ven flacos; y otras veces, a los flacos y fuertes los tratan igual. Acá no es así, que sabe el Señor lo que puede sufrir cada uno, y al que ve con fuerzas para ello, no se detiene en cumplir en él su voluntad.

Así, quiero que entendáis a qué os comprometéis cuando prometéis algo, y lo que ofrece por vosotras el buen Jesús al Padre y lo que le dais vosotras cuando decís que se cumpla su voluntad en vosotras, que no es otra cosa.

Os diré cuál es su voluntad. No tengáis miedo, que no os ha de dar riquezas, ni deleites, ni buena fama, ni todas las cosas que aprecian los de acá; no os quiere tan poco, y tiene en mucho lo que le dais y os lo quiere pagar bien, pues os da su reino aun en esta vida. ¿Queréis ver cómo se comporta con los que de veras le dicen esto? Preguntádselo a su Hijo glorioso, que también le dio su voluntad cuando estaba en la oración del Huerto. Conforme se la dio con todas su determinación, mirad si la cumplió bien en Él en lo que le dio de trabajos y dolores e injurias y persecuciones; en fin, hasta acabar la vida con muerte de cruz.

Pues veis aquí, hijas, a quien más amaba lo que le dio; por donde se entiende cuál es su voluntad. Así que éstos son sus dones en este mundo. Da conforme al amor que nos tiene: a los que ama más, más da de estos dones; a los que menos, menos, y conforme al ánimo que ve en cada uno y el amor que tiene a Su Majestad. A quien le ame mucho, verá que puede padecer mucho por Él; al que ame poco, poco. Tengo para mí que la medida del poder llevar gran cruz o pequeña es la del amor. Así que, hermanas, si realmente amáis, procurad no sean palabras de cumplimiento las que decís a tan gran Señor, sino esforzaros por pasar lo que Su Majestad quisiere. Porque darle la voluntad de otra manera, es como mostrarle la joya que le queréis dar rogándole que la tome, y cuando extiende la mano para tomarla, la volvéis a guardar. Esto es burlarse de nuevo de quien tantas burlas ha sufrido por nosotros. No nos burlemos más, pues tantas

veces lo hemos hecho cuando se lo decimos en el Padrenuestro. Démosle ya de una vez la joya del todo, después de hacérsela ofrecido ya tantas veces.

Todo lo que he pretendido deciros en este libro está dirigido a que nos demos del todo al Creador dejando nuestra voluntad en la suya, y a que nos desatemos de las criaturas. Mucho importa esto. Por eso nos enseñó nuestro buen Maestro estas palabras del Padrenuestro, pues sabe lo mucho que podemos ganar haciendo este servicio a su Eterno Padre: disponernos para con la mayor brevedad acabar de andar el camino y poder beber del agua viva. Porque hasta que no demos nuestra voluntad del todo al Señor para que haga en todo lo que le plazca, nunca dejará que bebamos de ella.

Esta es la contemplación perfecta que me habéis pedido que os hable. No necesitamos más, porque todo lo demás estorba e impide el decir "fiat voluntas tua". Cúmplase, Señor, en mí, tu voluntad de todos los modos y maneras que quieras. Si queréis con trabajos, dame esfuerzo y vengan ellos; si persecuciones, enfermedades, deshonras y necesidades, aquí estoy, no volveré el rostro, Padre mío, ni es razón vuelva las espaldas. Pues tu Hijo dio en nombre de todos esta mi voluntad, no es razón que falte de mi parte; sino hazme la merced de darme tu reino para que yo lo pueda hacer, pues Él me lo pidió, y dispón de mí conforme a tu voluntad.

¡Oh hermanas mías, qué fuerza tiene esta merced! No es para menos, traer al Todopoderoso a ser uno con nuestra bajeza, transformarnos en Él, uniendo al Creador con la criatura. Mirad lo bien que os paga vuestra determinación y el buen Maestro que tenéis, pues bien sabe la manera como se gana la voluntad de su Padre, y cómo hemos de servirle.

Y mientras más demostramos por las obras que no son meras palabras de cumplimiento, más nos llega el Señor a sí y nos levanta de todas las cosas de acá y de nosotros mismos para disponernos a recibir mayores gracias. No contento con unir al alma consigo, se regala con ella, le descubre sus secretos, se holga de que entienda lo que ha ganado y que conozca algo de lo que le va a dar. Para ello le va haciendo perder estos sentidos exteriores, para que no la ocupen en nada. Esto es arrobamiento. Y comienza a tratar el Señor con tanta amistad con el alma, que no sólo le devuelve su voluntad, mas le da la suya con ella; porque se goza el Señor, ya que son tan amigos, que mande a veces el alma y cumpla Él lo que ella le pide (al igual que ella hace lo que Él la manda), y mucho mejor, porque es poderoso y puede cuanto quiere y no deja de querer.

La pobre alma, aunque quiera nada puede si antes no se lo dan. Y ésta es su mayor riqueza: quedar mientras más sirve, más endeudada, y muchas veces fatigada de verse sujeta a tantos inconvenientes y embarazos y ataduras por estar en la cárcel de este cuerpo, porque querría pagar algo de lo que debe. Y es harto boba de fatigarse; porque aunque haga lo que está en sí, ¿qué podemos pagar

los que no tenemos para dar si no lo que recibimos? Tan sólo reconocer que no podemos nada, y dar nuestra voluntad del todo. Todo lo demás la embaraça y hace daño y ningún provecho, porque sólo la humildad es la que puede hacer algo, humildad real y no puramente teórica, que conoce en un momento lo nada que somos y lo grande que es Dios, y que no se puede alcanzar por mucho que meditemos.

No penséis que por vuestra fuerza o diligencia llegaréis hasta aquí, que es inútil; sino sencillamente decir con humildad: "fiat voluntas tua". La humildad es la que lo alcanza todo.

### **Capítulo 33**

*La gran necesidad que tenemos de que el Señor nos conceda lo que pedimos en estas palabras del Padrenuestro: "Danos hoy nuestro pan de cada día"*

El buen Jesús ya sabía lo dificultoso que nos resultaría cumplir lo que ofrece con nosotros: hacer la voluntad de Dios. Conocía nuestra miseria y que fácilmente nos justificaríamos diciendo que no sabemos cuál es Su voluntad.

Así, si se le dice a un rico que es la voluntad de Dios que modere sus gastos y comparta parte de sus bienes con los que se mueren de hambre, sacará mil razones para no hacerlo y seguir su propio interés. Si se le dice a un murmurador que es voluntad de Dios que debe querer tanto su prójimo como a sí mismo, difícilmente lo admitirá y lo entenderá. Y qué difícil es que entienda un religioso, a quien se le advierte la vida regalada que lleva, que tiene que dar ejemplo y no sólo de palabra, que tiene que cumplir los votos que ha jurado y prometido, y no dar escándalo; que ha prometido pobreza y que debe guardarla sin rodeos, que esto es lo que el Señor quiere.

El Señor sabía todo esto, sabía de nuestra flaqueza y que necesitaríamos una ayuda para cumplir lo que prometemos dar. Y Él sabe también cuanto nos conviene dar nuestra voluntad, pues en ello está toda nuestra ganancia. Por eso pidió para nosotros al Padre Eterno un remedio soberano para cada día: el pan del Santísimo Sacramento, que da fuerza y fortaleza. En este remedio nos muestra hasta que extremos nos ama. Y en su nombre y en el de sus hermanos hizo esta petición: "Padre, danos hoy nuestro pan de cada día".

Entended, por amor de Dios, qué es lo que pide nuestro buen Maestro, pues nos va la vida en ello para no dejarlo pasar de largo. Y tened en muy poco lo que dais pues tanto habéis de recibir.

Jesús ofreció al Padre por nosotros nuestra voluntad, porque sabía lo que nos importaba que se la diésemos de verdad. Y al mismo tiempo conocía la gran dificultad que tendríamos para darla, por ser nosotros tan inclinados a las cosas bajas y ser tan pequeño nuestro amor y nuestro ánimo. Era, pues, menester que

tuviésemos presente su amor y su ánimo, para que despertásemos a imitarle, y no una vez, sino cada día, y por eso se determinó a quedarse con nosotros. Y esta decisión que tomó, por ser una cosa grave y de mucha importancia, quiso que viniese de la mano del Eterno Padre. Porque, aunque son una misma cosa, y el Padre sabía que lo que Él hiciese en la tierra lo tendría por bueno, era tanta la humildad del buen Jesús que quiso como pedir licencia.

Bien entendió lo mucho que le costaría, porque conocía las deshonras y afrentas que tendría que padecer. Pues, ¿qué padre habrá que habiéndonos dado a su hijo —¡y qué hijo!— y habiéndonoslo pagado tan mal, que quisiera consentir en que se quedara este hijo entre nosotros cada día a padecer? Ninguno, Señor, sino tu Padre. Bien sabes a quién pides.

¡Oh, válgame Dios, qué gran amor el del Hijo, y qué gran amor el del Padre! No me sorprende tanto del buen Jesús, porque como había ya dicho "hágase tu voluntad", lo tenía que cumplir por ser quien es. Sí, que no es como nosotros. Pues como sabe que cumple su voluntad amándonos como se ama a sí mismo, buscaba la manera de cumplir con perfección este mandamiento, aunque fuese a costa suya. Mas Tú, Padre Eterno, ¿cómo lo consientes? ¿Por qué quieres cada día ver en tan ruines manos a tu Hijo? Ya una vez quisiste que lo estuviese y lo consentiste, y ya ves en que paró todo eso. ¿Cómo puedes todavía cada día soportar que se le injurie? Pues muchas son las injurias se hacen hoy a este Santísimo Sacramento! ¡Cuántas irreverencias!

¡Oh Señor eterno! ¿Cómo aceptas tal petición? ¿Cómo lo consientes? No mires el amor de tu Hijo, que a trueque de hacer perfectamente tu voluntad y de mirar por nosotros, se dejará cada día hacer pedazos. Tú debías mirar, Padre Eterno, por Él, pues no le arredra nada sufrir por hacernos bien. ¿Por qué nuestro bien ha de ser tan a su costa? ¿Por qué no mira por sí mismo, y siempre por nosotros? ¿No ha de haber quien defienda a este amantísimo Cordero?

Y al interceder Jesús por nosotros pone por delante a su Padre. Es como decirle que ya una vez nos lo dio para que muriese por nosotros, que ya nuestro es, que no nos lo vuelva a quitar hasta que se acabe el mundo; que le deje servir cada día. Mucho os debe enternecer esto el corazón, hijas mías, para amar a vuestro Esposo, pues si ningún esclavo de buena gana manifiesta que lo es, el buen Jesús parece que se enorgullece de ello.

¡Oh Padre Eterno! ¡Cuánto merece esta humildad! Se hace aquí una cosa con nosotros y se nos da como alimento. Unamos nuestra oración a la suya y así Dios nos obtendrá lo que le pidamos.

## Capítulo 34

*Cómo hemos acoger al Señor después de recibir el Santísimo Sacramento.*

Me parece que el Señor quiere que pidamos este «pan de cada día» para que nos aprovechemos de su compañía, pues no se queda para otra cosa con nosotros sino para ayudarnos y animarnos y sustentarnos a hacer esta voluntad que hemos dicho se cumpla en nosotros.

Cuando dice «hoy», me parece que se refiere a lo que dura este mundo, que no es más que un día. Jesús no deja de hacer todo lo que está de su parte para que nadie se condene y le puedan gozar todos en la otra vida; y los que se condenan serán porque se han dejado vencer, nunca por culpa del Señor, pues Él no nos deja de animar a todos y de hacernos compañía hasta el final de la batalla; así que los que se condenan y no le gozarán en la otra vida, no tendrán de qué disculparse ni quejarse ante el Padre.

Y para que se lo conceda el Padre (el quedarse en el Santísimo Sacramento), le recuerda que no es más que un día, que le deje hacer este servicio; que ya que le envió al mundo a cumplir su voluntad, que Él no quiere ahora desampararnos, sino permanecer aquí con sus amigos; que sólo durará un día estos malos tratamientos que le hacemos de recibirlo indignamente; que mire está obligado a ayudarnos por todas las vías posibles.

Nos ha dado este sagrado pan —sostén de la Humanidad— para que le encontremos cuando queramos y le necesitemos. De ahí que, si no es por nuestra culpa, no moriremos de hambre. Siempre hallaremos deleite y consolación en comer este Santísimo Sacramento. Y no habrá necesidad ni trabajo ni persecución que no se pueda pasar fácilmente si comenzamos a gustar de este alimento.

Pedid vosotras, hijas, con Jesucristo al Padre que os deje «hoy» a vuestro Esposo, que no os veáis nunca en este mundo sin su presencia; que esto nos basta y contenta, aunque esté tan disfrazado en estos accidentes de pan y vino, que es harto tormento para quien no tiene otra cosa que amar ni otro consuelo; mas suplicadle que nunca os falte y que os disponga para poder recibirle lo más dignamente posible.

De procurar otro pan no os preocupéis en los tiempos de oración, las que muy de veras os habéis dejado en la voluntad de Dios. Otros tiempos tenéis para trabajar y ganaros la comida material, mas aunque os apliquéis a esto, que no se ocupe el pensamiento en ningún momento a ello; que trabaje sólo el cuerpo —pues es bueno procurar buscarse el sustento—, y que descansa el alma. Ya que le habéis dado vuestra voluntad, dejad ese cuidado a vuestro Esposo, que Él se ocupará de ello.

Es como el criado que se pone a servir a su señor; su única preocupación ha de ser tratar de contentarle en todo. Mas el señor está obligado a dar de comer al siervo mientras viva en su casa y le sirva, salvo cuando sea tan pobre que no tenga para sí ni para él. Acá no ocurre esto; Nuestro Señor es rico y siempre será poderoso. Pues no estaría bien que el criado se pusiese a procurarse la comida, si ya sabe que su amo tiene la responsabilidad de dársela y que se la ha de dar. Con razón le dirá que se ocupe de servirle y de tenerle contento, que si se ocupa en otros asuntos no hará nada bien.

Así que, hermanas, preocúpense los demás de pedir el pan material; nosotras pidamos al Padre Eterno que merezcamos recibir este pan celestial, y ya que los ojos del cuerpo no se pueden deleitar en mirarle por estar tan encubierto, se descubra a los del alma y se le dé a conocer. Esto si que nos mantendrá con vida, y nos contentará y regalará, aunque no sea de una forma sensible. No pongamos otro cuidado sino en suplicar al Señor esto; pues teniendo esto, lo tendremos todo.

¿Pensáis que no es alimento, gran medicina y sostén aun para el cuerpo este santísimo manjar? Yo sé que lo es, y conozco una persona con muchas enfermedades [habla de sí misma] que estando muchas veces con fuertes dolores, de repente se le quitaban con la comunión y quedaba buena del todo. Esto le ocurría muy ordinariamente, y de males muy conocidos que no se podían fingir. Y porque las maravillas que hace este santísimo Pan en los que dignamente le reciben son muy notorias, no digo más, aunque podría decir más de las que le acontecían a esta persona que he dicho, pues la conozco y sé que no miente. Mas a esta persona le había dado el Señor tan viva fe, que cuando oía a algunas personas decir que les gustaría haber vivido en los tiempos en que Jesucristo andaba por el mundo, se reía para sí, pensando que teniéndole tan verdaderamente en el Santísimo Sacramento como entonces, que ¿qué más le daba?

Aun siendo muy imperfecta, sé que esta persona durante muchos años cuando comulgaba, como creía que verdaderamente entraba el Señor en su pobre posada, procuraba desocuparse de todas las cosas exteriores cuanto le era posible, y entrábase con Él. Recogía sus sentidos para que no impidiesen al alma mirarle y disfrutar de tan gran bien. Se consideraba a sus pies y lloraba con la Magdalena, ni más ni menos que si con los ojos corporales le viera en casa del fariseo. Y aunque no sintiese devoción, la fe le decía que allí estaba.

Porque no hay que dudar de esto, si no nos queremos hacernos los bobos y renunciar a las verdades de fe; que esto no es representación de la imaginación, como cuando consideramos al Señor en la cruz o en otros pasos de la Pasión, que le representamos en nosotros mismos lo que pasó. En la comunión el Señor pasa ahora y de verdad, y no hay para qué ir a buscarle a otro sitio más lejos.

Porque si sabemos que mientras no se consumen los accidentes del pan, que el buen Jesús está con nosotros, estémonos con Él. Si cuando andaba en el mundo, de sólo tocar sus ropas se sanaban los enfermos, ¿por qué habremos de dudar de que también hará milagros mientras esté tan dentro de mí, si tenemos fe, y que nos dará lo que le pidamos, pues está en nuestra casa? Y no suele Su Majestad pagar mal la posada, si le dan buen hospedaje.

Si os da pena no poder verle con los ojos corporales, mirad que es porque no nos conviene, que es cosa muy diferente verle glorificado de cuando andaba por el mundo. No habría persona que lo tolerase, siendo nuestra naturaleza tan flaca, ni habría mundo que lo pudiese soportar; porque si viésemos esta verdad eterna, tendríamos por burla y mentira todas las cosas de que acá hacemos caso. Y viendo tan gran majestad, ¿cómo osaría una pecadorcilla como yo, que tanto le ha ofendido, estar tan cerca de Él? Debajo de estos accidentes de pan está muy tratable; porque si un rey se disfrazaba, parece que no nos da tanto reparo el conversar con él, sin tantos miramientos ni ceremonias; parece está obligado a sufrirlo, pues se disfrazó. ¡Si el Señor no se hubiese disfrazado, quién osaría llegarse a Él con tanta tibieza, tan indignamente, con tantas imperfecciones!

A los que ve que se han de aprovechar de su presencia, Él se les descubre; que aunque no le vean con los ojos corporales, muchos modos tiene de mostrarse al alma por grandes sentimientos interiores y por diferentes vías. Estate con Él de buena gana. No pierdas tan buena oportunidad que tienes, de conversar y tratar con Él, como en la hora después de haber comulgado. Mira que es esta hora de gran provecho para el alma, y en que se sirve mucho al buen Jesús haciéndole compañía. Tened gran cuenta, hijas, de no perder este rato. Si la obediencia os manda hacer otra cosa, procurad dejar el alma con el Señor; que si pronto ocupáis el pensamiento en otra cosa y no hacéis caso ni atendéis al que está dentro de vosotras, ¿cómo se os va a dar a conocer? Éste es tiempo muy oportuno para que nos enseñe nuestro Maestro, y para que le escuchemos y le besemos los pies porque nos quiso enseñar; y para que le supliquemos no se vaya de vuestra alma. No digo que no recéis, sino que si tenéis que rezar el Padrenuestro, que entendáis con cuánta verdad estáis con quien os lo enseñó y le beséis los pies por ello y le pidáis os ayude a pedir.

Pensad que cuando esto pedimos, no estamos mirando a una imagen de Cristo, sino que nos encontramos con la misma persona de Cristo. Bobería me parece sería dejar a la misma persona por mirar el dibujo. También lo sería si teniendo el retrato de una persona a la que queremos mucho, que la misma persona nos viniese a ver y dejásemos de conversar con ella por mirar al retrato. ¿Sabéis en que ocasiones es muy bueno mirar el retrato, cosa en que yo me deleito mucho? Cuando está ausente la misma persona, o quiere darnos a entender que lo está por las muchas sequedades que deja pasar al alma; es de gran consuelo

entonces ver una imagen de Cristo, a quien tanto amamos, o de nuestra Señora o de algún santo a quien tenemos devoción, cosa que despierta mucho a amar. ¿En qué mejor cosa ni más gustosa a la vista la podemos emplear, que en quien tanto nos ama y en quien tiene en sí todos los bienes? Desventurados estos protestantes que han perdido por su culpa esta consolación, así como otras muchas.

Cuando recibáis al Señor, ya que tenéis la misma persona delante, procurad cerrar los ojos del cuerpo y abrir los del alma y miraros al corazón; que yo os digo, y muchas lo querría decir, que si tomáis esta costumbre todas las veces que comulgáis, y procuráis tener tal conciencia de su presencia, que gozaréis a menudo de este Bien, pues aunque viene disfrazado, se os dará a conocer de muchas maneras, conforme al deseo que tenemos de verle. Y si mucho lo deseáis, se os descubrirá del todo.

Mas si no hacemos caso de Él, sino que nada más recibirlo nos vamos a buscar otras cosas más bajas, en vez de estarnos con Él, ¿qué podrá hacer entonces? ¿Nos hará traer a la fuerza para que le veamos, que se nos quiere dar a conocer? No. Tampoco le trataron bien aquí en la tierra, cuando se dejó ver por todos al descubierto y les decía claro quién era, que muy pocos fueron los que le creyeron. Y así harta misericordia nos hace a todos, que quiere Su Majestad entendamos que es Él el que está en el Santísimo Sacramento. Mas que le vean al descubierto y comunicar sus grandezas y dar de sus tesoros, no quiere sino a los que entiende que mucho le desean, porque éstos son sus verdaderos amigos. Nunca se descubrirá a los que en cuanto le han recibido, salen rápidos de la iglesia y procuran echarlo de sí. Estos, por estar más interesados en los otros negocios y ocupaciones y embarazos del mundo, lo más presto que pueden se dan prisa para que el Señor salga de su casa y que no les entretenga. Que yo os digo que quien no vaya y se le acerque a recibirle bien dispuesto, dedicándole el tiempo necesario y haciendo lo que está de su parte, que no se queje luego si no se le da a conocer.

## Capítulo 35

*Exclamación y súplica al Padre Eterno.*

Muy importante es que nos entremos a solas con Dios. Cuando oigáis misa y no comulgáis, podéis comulgar espiritualmente, pues es de grandísimo provecho; tratad entonces de recogeros dentro de vuestra alma, para que se imprima mucho vuestro amor a este Señor. Porque disponiéndonos a recibirle, jamás dejará Él de darnos por muchas maneras que no entendemos. Es como acercarse al fuego; si os mantenéis alejadas de él y escondéis las manos, difícilmente os podréis calentar aunque el fuego sea muy grande, pero siempre os dará más calor que si

no hubiese ningún fuego. Muy diferente es cuando nos queremos acercar a Él, pues si el alma está dispuesta —con deseo de calentarse— y se está allí un rato, durante muchas horas quedará con calor.

Pues mirad, hermanas, que si los principios os resultan dificultosos (lo cual puede suceder, porque os pondrá el demonio sequedad y tristeza, pues bien sabe el gran daño que le viene de aquí), llegaréis a pensar que halláis más devoción en otras cosas que en ésta. No dejéis este modo de orar; de esta forma probaréis al Señor que le queréis. Acordaos que hay pocas almas que le acompañen y le sigan en los trabajos; pasemos algo por Él, que bien nos lo pagará. Y acordaos también qué hay personas que no sólo no quieren estar con Él, sino que desconsideradamente le echan de sí. Pues algo hemos de pasar para demostrarle que deseamos verle. Y pues todo lo sufre con gusto por hallar una sola alma que le reciba y lo tenga en sí con amor, sea ésta la tuya. Porque, si no hubiese ninguna, con razón el Padre Eterno no le consentiría el quedarse con nosotros; pero como ve que es tan buen amigo de sus amigos y tan señor de sus siervos, no le quiere estorbar tan admirable y excelente invención, en donde tan cumplidamente muestra el amor que le tiene y el amor con que nos ama, ayudándonos a pasar nuestros trabajos.

Padre santo que estás en el cielo, ya que lo quieres y lo aceptas, y ya que no has de negar lo que tan bien nos viene a nosotros, alguien tiene que haber que hable por tu Hijo, pues Él nunca salió en su propia defensa. Seamos nosotras, hijas, aunque resulte un atrevimiento siendo las que somos; pero confiadas en que nos manda el Señor que pidamos, siéndole obedientes, en nombre del buen Jesús supliquémosle que, puesto que no le ha quedado por hacer por los pecadores mayor beneficio que éste, que ponga remedio para que no sea tan maltratado. Y ya que tu Hijo ha inventado tan excelente medio para que en el santo sacrificio le podamos ofrecer muchas veces, que valga tan precioso don para que no se sigan haciendo tantos desacatos e irreverencias como se le hacen en los lugares en donde estaba este Santísimo Sacramento entre estos luteranos, que parece le quieren volver a echar del mundo, sacándolo de los templos, expulsando tantos sacerdotes, profanando tantas iglesias, con la única intención de ofenderle.

¡Qué es esto mi Señor y mi Dios! O das fin al mundo, o pon remedio a tan gravísimos males; que no hay corazón que lo sufra, por muy ruin que lo sea. Te suplico, Padre Eterno, que no lo toleres. Ataja este incendio, Señor, que si quieres lo puedes hacer. Mira que aún está en el mundo tu Hijo; por reverencia hacia Él cesen cosas tan feas, abominables y sucias; no merece ser tratado así el que es tan hermoso y limpio. No lo hagas por nosotros, Señor, que no lo merecemos; hazlo por tu Hijo. No nos atrevemos a suplicarte que deje de estar con nosotros,

pues ¿qué sería de nosotros entonces? Que si algo te aplaca, es tener acá al que tanto amas. Algún medio ha de haber, ponlo Tú, Señor mío.

¡Oh mi Dios! ¡quién pudiera importunarte mucho y haberte servido mucho para poderte pedir tan gran merced en pago de lo que te ha servido, pues no dejas ninguno sin paga! Mas yo no me he comportado así, Señor; antes por ventura soy yo la que te ha enojado, de manera que por mis pecados vienen tantos males. Pues ¿qué he de hacer, Creador mío, sino presentarte este Pan santísimo y, aunque nos lo diste, te lo volvemos a dar y te suplicamos, por los méritos de tu Hijo, me hagas esta merced, pues por tantas partes lo tiene merecido? ¡Haced que se sosiegue este mar! No ande siempre en tanta tempestad esta nave de la Iglesia. Sávanos, Señor mío, que perecemos.

## Capítulo 36

*Sobre las palabras del Padrenuestro: «Perdónanos nuestras deudas».*

Viendo nuestro buen Maestro que con este manjar celestial todo nos resulta fácil —excepto cuando es por nuestra culpa—, y que podemos cumplir muy bien lo que hemos dicho al Padre, —de que se cumpla en nosotros su voluntad—, ahora le pide que nos perdone nuestras deudas, pues perdonamos nosotros. Y así dice: «Y perdónanos nuestras deudas, así como nosotros perdonamos a nuestros deudores».

Fijémonos, hermanas, que no dice «como perdonaremos», para que entendamos que quien pide un don tan grande como perdonar nuestras deudas pasadas, después de haber puesto ya su voluntad en la de Dios, que esto ha de estar hecho, y así dice: «como nosotros las perdonamos». Pues quien de veras ha dicho al Señor «hágase tu voluntad», todo lo ha de tener ya hecho, con la determinación al menos.

De ahí que los santos se gozaban con las injurias y persecuciones, porque como perdonaban a los que se las hacían, tenían ya algo que presentar al Señor cuando le pedían perdón. Pues, ¿qué hará una tan pobre como yo, que tan poco ha tenido que perdonar y tanto tiene para que se le perdone?

Cosa es ésta, hermanas, para sorprenderse: que una cosa tan grave y de tanta importancia como que nos perdone el Señor nuestras culpas, por las que merecíamos el fuego eterno, que nos perdone por tan poca cosa porque perdonamos. Y yo tengo tan pocas cosas que perdonar, que de balde me tienes, Señor, que perdonar. Aquí entra tu misericordia. Bendito seas, por aceptarme tan pobre como soy.

Mas, Señor, ¿comprenden esto las que viven conmigo? Si es así, en tu nombre les pido que lo tengan siempre presente y que no hagan caso de unas cositas que llaman agravios, por las que hacemos casas de pajitas, como hacen los niños,

debido a estos puntos de honra. ¡Oh, si entendiésemos qué cosa es honra y en qué consiste perder la honra! Ahora no hablo de vosotras, sino de mí, del tiempo que me precié de la honra, de caer bien y de causar buena impresión, sin entender qué cosa era, y por eso sólo buscaba agradar a la gente. ¡De cuántas cosas de las me sentía agraviada, me avergüenzo ahora! Y yo no era de las que tienen en mucho su honra y apariencia; mas erraba en el punto principal, porque no atendía ni hacía caso de la honra buena, la que aprovecha al alma. Y qué bien dijo quien lo dijo, que apariencia y virtud no pueden estar juntas, aunque no sé si lo dijo a este propósito. Y es al pie de la letra, porque la virtud del alma y esto que llama el mundo honra (prestigio o buena fama), nunca pueden estar juntas. Realmente espanta cómo anda el mundo al revés. Bendito sea el Señor que nos sacó de él. Dios nos libre de los monasterios en que se preocupan por estos puntillos de honra, nunca en ellos se glorificará mucho a Dios. ¡Qué desatino tan grande, que pongan los religiosos la honra en unas cositas de las que yo me espanto!

Mas mirad, hermanas, que no nos tiene olvidadas el demonio; también inventa sus honras y dignidades en los monasterios y pone sus leyes, con diversos grados como sucede en el mundo. Así, por ejemplo, los doctos se cuidan de su prestigio, y el que ha llegado a ser profesor de teología no quiere bajar a ser profesor de filosofía, pues el punto de honra nos induce a subir y nunca a bajar. Y aun si se lo mandase la obediencia, lo tendría por agravio y siempre saldría quien le defendiese y dijese que es una injusticia lo que le están haciendo. Y enseguida el demonio le pondrá algunos motivos religiosos y piadosos (en apariencia) que le den la razón. Y entre nosotras atender al punto de honra es, por ejemplo, pensar que la que ha sido priora que ha de quedar inhabilitada para otro oficio más bajo; o tener ciertas consideraciones para la que es más antigua, e incluso nos parece que es bueno hacerlo así porque lo mandan las Reglas.

No sé si es cosa para echarse a reír o a llorar. Sí, que no mandan las Reglas que no seamos humildes. Sólo manda que tratemos de llevarnos bien. Mas yo no he de preocuparme tanto de que me estimen, de manera que ponga mucho más cuidado en este punto que en otras cosas que mandan las Reglas y que, ciertamente, guardamos imperfectamente. No esté nuestra perfección en mantener el prestigio; otras mirarán por mí, si yo me despreocupo de ello. Y como estamos tan acostumbradas a subir —aunque no subiremos por aquí al cielo—, pensamos que no ha de haber bajar. Que diferentes en esto somos de nuestro modelo y maestro, Jesucristo. Sí, por cierto. Pues su honra la puso, no en sí mismo, sino en salvar la nuestra. No la perdiste, por cierto, por ser humillado hasta la muerte. No, Señor, sino que la ganaste para todos.

¡Por amor de Dios, hermanas!, no vayamos por camino equivocado, porque irá errado desde el principio. Bendito sea Dios, si acertamos con el camino, que la

que ha sido priora debe ser después la que más se humilla. Ruego a Dios que no se pierda ningún alma por guardar estos puntos de honra, por no entender dónde está la verdadera honra. Podremos incluso llegar después a pensar que mucho hacemos si perdonamos una cosita de éstas, que ni era agravio ni injuria ni nada; y como quien ha hecho algo, acudiremos a que nos perdone el Señor, porque pensamos haber perdonado. Danos, Dios mío, conocimiento propio, que no nos conocemos, pues acudimos a Ti con las manos vacías, y nos tienes que perdonar por pura misericordia.

Mas, ¡cuánto debe estimar el Señor el que nos amemos unos a otros! Pues bien podría el buen Jesús haber puesto otras razones, y decir: perdónanos, Señor, porque hacemos mucha penitencia, o porque rezamos mucho y ayunamos y lo hemos dejado todo por Ti, o porque te queremos mucho, o porque hemos perdido la vida por Ti, o por otras cosas que podría decir, sino sólo «porque perdonamos». Probablemente haya dado esta razón porque sabe que le agrada mucho a su Padre, y porque también sabe cuánto nos cuesta perdonar (por ser tan amigos de esta honra mala).

Fijaos que dice: «como perdonamos»; ya como cosa hecha. Y advertid mucho, no debe fiarse mucho de su oración la persona que no sale de ella muy determinada a perdonar cualquier injuria que se le haga, por grave que sea (no estas naderías que llamamos injurias). Pues al alma que Dios lleva a Sí en oración tan subida no llegan las injurias, ni se le da más ser estimada que no. No he dicho bien, que sí le da, que mucha más pena le da la honra que la deshonor, y el mucho disfrutar del descanso que los trabajos. Porque cuando de veras le ha dado el Señor aquí su reino, ya no le quiere en este mundo; y para más subidamente reinar, entiende es éste el verdadero camino, habiendo visto por experiencia la gran ganancia que le viene y lo que adelanta el alma cuando padece por Dios. Porque difícilmente hará Su Majestad tan grandes regalos (los de la contemplación perfecta) excepto a las personas que hayan pasado de buena gana muchos trabajos por Él. Como ya os he dicho, son grandes los trabajos que pasan los contemplativos, y así quiere el Señor que sean gente experimentada.

Como estas personas tienen ya entendido lo que es todo, en cosa que pasa no se detienen mucho. Aunque el primer movimiento del alma ante una gran injuria y trabajo sea el sentir pena, aún no la ha llegado a sentir del todo cuando acude la razón a aniquilar este sentimiento, por el gozo que le da de ver la merced que le ha puesto el Señor en sus manos. Pues por esta injuria que le han hecho podrá ganar en un día más gracias y favores eternos, que los que podría ganar en diez años por trabajos que quisiera tomar por sí mismo. Esto se da con mucha frecuencia, por lo que tengo entendido y tratado con muchos contemplativos y sé cierto que pasa así; que así como otros aprecian el oro y las joyas, aprecian ellos

más los trabajos y los desean, porque tienen entendido que éstos les han de hacer ricos.

Muy lejos están estas personas de buscar la estima y el aprecio de los demás. Sí gustan de dar a conocer sus pecados y de manifestar sus debilidades cuando ven que la gente les aprecia. Tampoco se precian de su condición social ni de su estirpe familiar, pues ya saben que en el reino que no se acaba, para nada les ha de servir estas cualidades. Si se precian de algo, es de aquello con lo que pueden servir más a Dios; cuando no, les pesa que los tengan en más de lo que son, y sin ninguna pena les desengañan, mas al contrario, lo hacen con gusto. Es el caso que a quien Dios concede la gracia de tener esta humildad y este amor tan grande por servirle, que está tan olvidado de sí mismo que no llega a sentir las injurias.

Estos efectos últimos se dan en las personas ya muy adelantadas en la perfección, a quienes el Señor les lleva a Sí por la contemplación perfecta. Mas lo primero, éste estar determinados a sufrir injurias, y sufrirlas aunque sea sintiendo pena, en muy en breve lo tiene quien hace oración hasta llegar a unión. Y si no tiene estos efectos y no sale muy fuerte para recibir injurias de la oración, crea que lo que sentía en la oración no era merced de Dios, sino alguna ilusión y regalo del demonio, para que nos tengamos por más honrados.

Puede ser que al principio, cuando el Señor hace estas mercedes, que no quede el alma con esta fortaleza; mas si continua perseverando en la oración, en breve tiempo la adquirirá, y aunque no la tenga en otras virtudes, sí la tendrá en esto de perdonar. No puedo yo creer que el alma que tan cerca llega a estar de la misma misericordia, donde conoce la que es y lo mucho que le ha perdonado Dios, que no perdone fácilmente y que no haga pronto las paces con quien le injurió. Porque como tiene presente el gran regalo que se le ha hecho, y el gran amor con que Dios la ama, se alegra de que se le ofrezca la oportunidad de demostrar su amor.

Muchas son las personas que conozco, a las que el Señor les ha hecho la merced de levantarlas a cosas sobrenaturales, dándolas oración de contemplación, y aunque las vea con otras faltas e imperfecciones, de ésta (de no estar dispuesta a perdonar) no he visto ninguna ni creo la habrá si las inspiraciones son de Dios. El que las reciba mayores, mire en sí cómo van creciendo estos efectos; y si no ve en sí ninguno, tema mucho y no crea que esos regalos provienen de Dios, que siempre enriquece el alma donde llega. Esto es cierto, que aunque la merced y regalo pase presto, las ganancias con que queda el alma duran mucho. Y como el buen Jesús sabe bien esto, resuelto dice a su Padre Santo que «perdonamos a nuestros deudores».

## Capítulo 37

*La excelencia de esta oración del Padrenuestro. Cómo hallaremos de muchas maneras consolación en ella.*

Es cosa para alabar mucho al Señor lo perfecta que es esta oración evangélica, compuesta por tan buen Maestro, de tal forma que cada uno puede rezarla para su propio propósito. Espántame ver que en tan pocas palabras está toda la contemplación y perfección encerrada, que parece no necesitamos otro libro sino estudiar en éste. Porque con ella nos ha enseñado el Señor todas las formas de oración y de alta contemplación, desde los principiantes a la oración mental, de quietud y de unión; y nos da a conocer los efectos que deja cuando son gracias suyas, como habéis visto.

Bien podía Su Majestad haberse explayado más sobre las cosas más subidas y oscuras, para que todos las entendiésemos. Mas como había de servir esta oración para todos en general, para que cada uno pueda pedir según su propósito y reciba consuelo, lo dejó así en confuso. De esta forma los contemplativos y los religiosos podrán pedir las gracias celestiales que se pueden disfrutar ya en esta tierra; y los que aún viven en el mundo y está bien que vivan conforme a su estado, podrán también pedir el pan material con el que se sustenten ellos y sus familias, lo cual es muy justo y santo, y así las demás cosas, conforme a las necesidades de cada uno.

Mas miren que estas dos cosas, el darle nuestra voluntad y el perdonar, que es para todos. Verdad es que hay más y menos en ello, como queda dicho: los perfectos darán la voluntad como perfectos y perdonarán con mayor perfección; nosotras, hermanas, haremos lo que podamos, que todo lo recibe el Señor. Porque parece que Jesucristo hace una especie de acuerdo de nuestra parte con su Eterno Padre, como quien dice: «haz Tú esto, Señor, y harán mis hermanos esto otro». Pues a buen seguro que no faltará de su parte. ¡Que es muy buen pagador y paga generosamente!

De tal manera que con una vez que recemos esta oración, como vea que no fingimos, sino que haremos lo que decimos, nos puede conceder inmensas riquezas. Porque es muy amigo de que le tratemos con sinceridad. De ahí que si le tratamos con llaneza y franqueza, no diciendo una cosa y haciendo otra, siempre da más de lo que le pedimos.

Bien sabe nuestro buen Maestro que los que de verás piden con perfección mucho adelantan con las gracias que les concede el Padre, y que incluso se les llega a quitar el miedo, llegando a tener el mundo debajo de los pies y una gran esperanza, y se olvidan hasta de que tienen enemigos. Y qué gran cosa es tener un buen Maestro, sabio y temeroso, que nos prevenga de los peligros. Es todo el bien que un alma espiritual puede acá desear, porque da gran seguridad. No

podría encarecer con palabras lo que importa esto. Así que viendo el Señor que debemos estar vigilantes y recordar que tenemos enemigos, y lo peligroso que es descuidarse de ellos, y que mucha más ayuda necesitan del Padre Eterno los más perfectos si viven descuidados, porque caerán de más alto, y para que se conozcan y no anden engañados, hace esta petición tan necesaria para todos los que vivimos en este destierro: «Y no nos dejes caer en la tentación, mas líbranos de mal.»

## Capítulo 38

*La gran necesidad que tenemos de suplicar al Padre eterno que nos conceda lo que pedimos en estas palabras: «Y no nos dejes caer en tentación, más líbranos del maligno». Sobre algunas tentaciones.*

Grandes cosas tenemos aquí para meditar y conocer. Tengo por muy cierto que los que llegan a la perfección que no piden al Señor los libre de los trabajos ni de las tentaciones ni de las persecuciones y peleas. Que éste es otro efecto muy cierto y grande de que las mercedes que concede el Señor, y no una ilusión; porque, como ya dije, antes desean pasar trabajos y persecuciones, los piden y los aman. Se parecen en esto a los soldados, que están más contentos cuando hay más guerra, porque esperan salir con más ganancia. Si no la hay, sirven y reciben su sueldo, mas ven que no pueden medrar mucho.

Creed, hermanas, que los soldados de Cristo, los que hacen oración mental y tienen contemplación, están deseosos de que les llegue la hora de pelear; no temen a los enemigos declarados; ya los conocen y saben que con la fuerza que en ellos pone el Señor, no tienen fuerza, y que saldrán vencedores y con gran ganancia de ellos; no les tienen miedo. A los que sí temen —y es razonable que los teman y que siempre pidan al Señor que los libre de ellos—, es a los enemigos que actúan de forma traicionera, a los demonios que se transfiguran en ángel de luz y que vienen disfrazados. Estos no se dan a conocer hasta que no han hecho mucho daño en el alma, sino que nos andan bebiendo la sangre y extinguendo las virtudes, mientras no nos damos cuenta de que somos tentados. De éstos pidamos, hijas, y supliquemos muchas veces en el Padrenuestro que nos libre el Señor y que no consienta andemos en tentación; que no nos traigan engañadas, que nos descubra su veneno, que no os escondan la luz y la verdad. ¡Por eso con cuánta razón nos enseña nuestro buen Maestro a pedir esto y lo pide por nosotros!

Mirad, hijas, que de muchas maneras dañan, no penséis que sólo nos hacen daño haciéndonos creer que los gustos y regalos que pueden simular en nosotros que provienen de Dios, que éste me parece el menor daño que pueden hacer. Antes podrá ser que con este engaño les hagan caminar más aprisa, porque

cebados con aquel gusto, pasan más horas en la oración; y como ellos ignoran que proceden del demonio y como se ven indignos con aquellos regalos, no dejan de dar gracias a Dios, quedando más obligados a servirle, y se esfuerzan por disponerse a que les haga más mercedes el Señor, pensando que vienen de Él.

Procurad, hermanas, siempre la humildad, pensad que no sois dignas de estas mercedes, y no las procuréis. Haciendo esto, tengo para mí que muchas almas pierde el demonio, y que el Señor saca bienes del mal que el demonio pretende hacer. Porque mira Su Majestad nuestra intención, que es contentarle y servirle estándonos con Él en la oración, y fiel es el Señor. Bueno es andar vigilantes para que no haga quiebra la humildad o se suscite alguna vanagloria. Si suplicáis al Señor os libre de esto, no tengáis miedo, que no dejará su Majestad que os regale ningún otro más que Él.

En donde el demonio puede hacer gran daño sin darnos cuenta, es haciéndonos creer que tenemos virtudes sin tenerlas, que esto es pestilencia. Porque en los gustos y regalos parece sólo que recibimos y que quedamos más obligados a servir; acá parece que damos y servimos y que está el Señor obligado a pagar, y así poco a poco hace mucho daño. Que por una parte enflaquece la humildad, por otra nos descuidamos de adquirir aquella virtud, que nos parece la tenemos ya ganada.

Pues sin darnos cuenta, como creemos que vamos seguros, caemos en un hoyo que nos impide salir de él, y aunque no se trata de un pecado mortal que nos lleve al infierno, nos debilita las piernas para poder caminar este camino de la santidad. Porque el que está metido en un gran hoyo, allí se le acaba la vida, y harto hará si no ahonda hacia abajo para ir al infierno; mas nunca medra. En vez de adelantar, ni se aprovecha a sí mismo ni a los otros, antes daña; porque, como está el hoyo hecho, muchos que van por el mismo camino pueden caer en él.

Pues ¿cuál es el remedio, hermanas? El que me parece mejor es lo que nos enseña nuestro Maestro: oración y suplicar al Padre Eterno que no permita que andemos en la tentación.

También os quiero decir otra forma de remediar este engaño. Si creéis que el Señor os ha dado una virtud, pensemos que es un bien que hemos recibido y que nos lo puede tornar a quitar, como a la verdad acaece muchas veces y no sin gran providencia de Dios. ¿Nunca lo habéis comprobado en vosotras mismas, hermanas? Pues yo sí: unas veces me parece que estoy muy desasida y despegada de las cosas, y de hecho en verdad, venida la prueba, lo estoy; más otras veces me hallo tan asida y apegada a cosas que por ventura el día de antes me burlara yo de ello, que casi no me conozco. Otras veces me parece tengo mucho ánimo y que puedo arrostrar cualquier trabajo que me exija el servir a Dios, que no tengo ningún miedo; y he comprobado que me sucede esto en algunas ocasiones; mas viene otro día en que no me encuentro con fuerzas ni para matar

una hormiga por Dios, si en ello hallase contradicción. Otras veces me parece que estoy indiferente a cualquier cosa que digan o murmuren de mí; lo he comprobado algunas veces que es así, lo cual me da mucho contento; pero vienen días en que con una sola palabra que me dicen, me aflijo y querría desaparecer de este mundo, porque me parece me cansa todo. Y esto no me sucede sólo a mí, que lo he visto en muchas personas mejores que yo y sé que también les pasa lo mismo.

Pues si esto es así, ¿quién podrá decir de sí que tiene tal virtud ni que es rico en ella, pues a la menor ocasión que la necesita se halla pobre de ella? Que no, hermanas, sino pensemos que siempre estamos pobres, y no nos endeudemos sin tener de qué pagar; porque de otra parte ha de venir el tesoro, y no sabemos en que momento nos querrá dejar en la cárcel de nuestra miseria sin darnos nada; y si nos consideran buenas, nos alaban y hacen elogios —que es el endeudarnos que digo—, terminarán burlados ellos y nosotras. Verdad es que si servimos con humildad, siempre nos socorrerá el Señor en las necesidades; mas si no tenéis muy de veras esta virtud, a cada paso os dejará el Señor. Y es grandísima merced suya, para que entendáis en verdad que no tenemos nada que no lo hayamos recibido.

Ahora prestad atención a otro aviso: nos hace creer el demonio que tenemos una virtud, por ejemplo, la paciencia, porque estamos decididos y resueltos a pasar mucho por Dios, y así lo hemos comprobado en la práctica en múltiples ocasiones; y nos parece de hecho en verdad que somos capaces de sufrir mucho por Él, y así estamos muy contentas, porque ayuda el demonio a que lo creamos. Yo os advierto que no hagáis caso de estas virtudes, ni pensemos que las conocemos sino de nombre, ni que nos las ha dado el Señor, hasta que veamos la prueba; porque acaecerá que a una palabra que os digan para disgustaros, que se venga abajo la paciencia de repente. Cuando muchas veces sufráis, alabad a Dios que os comienza a enseñar esta virtud, y esforzaos a padecer, que es señal que en eso quiere se la paguéis, pues os la da, y no la tengáis sino como en depósito, como ya queda dicho.

Otra tentación es que nos parezca que somos muy pobres de espíritu, e incluso lo solemos decir, que ni queremos nada ni se nos da nada de nada. Pues mucho ayuda la costumbre de decir que tenemos una virtud a creer que la tenemos. Y apenas se nos ha dado algo, cuando va toda perdida la pobreza de espíritu.

Mucho hace al caso andar siempre sobre aviso para entender esta tentación, así en las cosas que he dicho, como en otras muchas; porque cuando de veras da el Señor una sólida virtud, todas parece las trae tras sí; es muy conocida cosa. Mas os vuelvo a avisar que, aunque os parezca que la tenéis, temed que os engañáis. Porque el verdadero humilde siempre anda dudoso de tener virtudes propias, y muy ordinariamente le parecen más ciertas y de más valor las que ve en sus prójimos.

## Capítulo 39

### *Avisos y remedios para podernos librar de algunas tentaciones*

Guardaos también de unas humildades que pone el demonio con gran inquietud sobre la gravedad de nuestros pecados, pues suele apretar aquí de muchas maneras, hasta llegar la persona a apartarse de la comunión y de la oración particular (por no merecerlas, según les sugiere el demonio); y cuando reciben el Santísimo Sacramento se pasan el tiempo pensando "si merecí acercarme al Sacramento" o "si me dispuse bien", en vez de estarse con el Señor y recibir sus mercedes. Llega la cosa a tal extremo de hacer creer al alma que, por ser como es, la tiene Dios tan abandonada, llegando a dudar de su misericordia. No ve más que peligros en todo ("que no valgo para vivir entre buenos") y ningún fruto en lo que hace, por bueno que sea. Le entra una desconfianza tal que se le caen los brazos para no hacer ningún bien, porque le parece que lo que es bueno en los otros, en ella es malo.

Advertid mucho, hijas, en este punto, porque algunas veces podrá ser humildad y virtud teneros por tan ruin, y otras grandísima tentación. Porque yo he pasado por ella, la conozco. La humildad no inquieta ni desasosiega ni alborota el alma, por grande que sea; sino viene con paz y regalo y sosiego. Aunque uno, de verse ruin, entienda claramente merece estar en el infierno, y se aflija y le parezca con justicia que todos le tendrían que aborrecer, y que no se atreve casi a pedir misericordia, si es buena humildad, esta pena viene con tal suavidad y contento, que no querríamos vernos sin ella. No alborota ni aprieta el alma, antes la dilata y la dispone para más servir a Dios. La otra pena todo lo turba, todo lo alborota, toda el alma revuelve, es muy penosa. Creo pretende el demonio que pensemos tenemos humildad, y si puede, de resultas, que desconfiemos de Dios.

Cuando así os halléis, atajad el pensamiento de vuestra miseria lo más que podáis, y ponedlo en la misericordia de Dios y en lo que nos ama y padeció por nosotros. Y si es tentación, aun esto no podréis hacer, que no os dejará sosegar el pensamiento ni atender a ninguna cosa, sino para fatigaros más. Harto será si os dais cuenta que es tentación.

Por tanto, si estos pensamientos os vienen con sosiego y regalo y gusto, como trae consigo el conocimiento propio, son de estimar; mas si vienen con alboroto e inquietud y apretamiento de alma y no poder sosegar el pensamiento, creed que es tentación, y no os tengáis por humildes, que no viene de ahí.

También el demonio puede tentarnos empujándonos a hacer penitencias desmedidas, para hacernos creer que somos más penitentes que las otras y que hacemos algo. Si se lo ocultáis al confesor o a la prelada, o si tras deciros que las dejéis de hacer, las seguís haciendo, es clara tentación. Procurad obedecer, por mucha pena que os dé, pues en esto está la mayor perfección.

Ataca con otra tentación bien peligrosa, cual es infundirnos la seguridad de parecernos que de ninguna manera volveríamos a cometer los pecados pasados y a dejarnos llevar por los halagos del mundo: "que ya conozco como es el mundo y sé en que se acaba todo, y que más gusto me dan las cosas de Dios". Esta tentación, si es a los principios, es muy dañina, porque con esta seguridad no les importa para nada volver a ponerse en las ocasiones, y nos hace darnos de bruces, y ruego a Dios que no sea mucho peor la recaída. Porque como el demonio ve que es un alma que le puede hacer mucho daño y que puede aprovechar a otras, hace todo lo que está en su poder para que no se levante.

Así que por más gustos y prendas de amor que el Señor os dé, nunca estéis tan seguras que dejéis de temer que podéis tornar a caer, y guardaros de las ocasiones.

Procurad mucho tratar las gracias e inspiraciones que recibís con quien os dé luz, sin tener cosa secreta. Y tened este cuidado: que tanto al principio como al final de la oración, por subida contemplación que sea, siempre acabéis en el propio conocimiento. Y si es de Dios, aunque no queráis ni tengáis en cuenta este aviso, lo haréis aun más veces, porque trae consigo humildad y siempre deja con más luz para que entendamos lo poco que somos.

No me quiero detenerme más en esto, porque muchos libros hallaréis sobre estos avisos. Si os he dicho esto es porque he pasado por ello y me ha hecho pasarlo mal algunas veces. Todo cuanto se pueda decir sobre esto nunca os podrá dar entera seguridad.

Entonces, Padre Eterno, ¿qué hemos de hacer sino acudir a Ti y suplicarte que no dejes que estos enemigos tuyos nos hagan caer en la tentación? Vengan las tentaciones declaradas, que con tu favor mejor nos libraremos. Mas esas traiciones ¿quién las entenderá, Dios mío? Siempre necesitamos pedirte remedio. Dinos, Señor, alguna cosa para que nos conozcamos y aseguremos. Ya sabes que por este camino de la oración no van muchos, y si han de ir con tantos miedos, irán muchos menos.

Cosa extraña es ésta, ¡como si no tentase el demonio a los que no van por estos caminos de la oración!, y que se espanten más todos de uno que se deja engañar de los que van por caminos de perfección, que de cien mil que ven en engaños y pecados manifiestos, de los que no hay que andar a mirar si es bueno o malo lo que hacen, porque de mil leguas se entiende que está Satanás por medio.

A la verdad, tienen razón, porque son tan poquísimos a los que engaña el demonio de los que rezan el Padrenuestro como queda dicho, que es algo inusual y causa admiración; que es cosa muy humana no fijarse en lo que continuamente vemos, y espantarse mucho de lo que ocurre muy pocas veces o casi ninguna. Y

los mismos demonios los hacen espantar, porque les viene bien a ellos, pues pierden muchos por uno que aspira a la santidad.

Y no me maravillo se espanten; porque los que van por caminos de oración van mucho más seguros que los que van por otro camino, como los que están en la tribuna mirando al toro comparados con los que andan en el ruedo exponiéndose a los cuernos.

No temáis, hermanas, de ir por estos caminos, que muchos hay en la oración, porque unos aprovechan en uno y otros en otro. Camino seguro es; mas mucho mejor os libraréis de la tentación estando cerca del Señor, que estando lejos. Suplicádselo y pedídselo, como sé que lo hacéis tantas veces al día rezando el Padrenuestro.

## Capítulo 40

*Seguro va en medio de las tentaciones el que procura siempre andar en el amor y temor de Dios,.*

El Buen Maestro nuestro nos ha dado un recurso para saber vivir sin mucho sobresalto en esta guerra tan peligrosa. Es el "amor y temor". El amor nos hará apresurar los pasos, y el temor nos hará ir mirando en dónde ponemos los pies para no caer en este camino donde hay tanto en que tropezar. Y con esto a buen seguro que no seremos engañadas.

Me diréis que en qué se comprueba que tenemos estas dos grandes virtudes. Y tenéis razón, certeza plena no la puede haber; porque si estamos seguras de que tenemos amor, lo estaremos de que estamos en gracia. Mas mirad, hermanas: hay unas señales que hasta los ciegos las ven; no son ningún secreto; aunque no las queráis conocer, son bien notorias, porque no son muchos los que con perfección las tienen, y así se resaltan más. ¡Como quien no dice nada: amor y temor de Dios! Son dos castillos fuertes, desde donde se da guerra al mundo y a los demonios.

Quienes de veras aman a Dios todo lo bueno aman, todo lo bueno quieren, todo lo bueno favorecen, todo lo bueno elogian, con los buenos se juntan siempre y los favorecen y defienden. No aman sino verdades y cosa que sea digna de amar. ¿Pensáis que es posible a quien muy de veras ama a Dios amar vanidades? No puede, ni riquezas, ni las cosas mundanas, ni los placeres, ni la fama; ni tiene contiendas ni envidias. Todo porque no pretende otra cosa sino contentar al Amado. Andan muriendo porque los ame, y así ponen la vida en acertar a ver cómo le agradarán más.

¿Puede ocultarse este amor de Dios? ¡Si de veras es amor, es imposible! Si no, mirad a San Pablo y a la Magdalena. A los tres días empezó San Pablo a darse cuenta de que estaba enfermo de amor. La Magdalena desde el primer día, ¡y

cuán bien se dio cuenta! Que esto tiene el amor, que puede ser mayor o menor; y así se manifiesta según la fuerza que tiene el amor: si es poco, se da a manifestar poco; y si es mucho, mucho; mas poco o mucho, como haya amor de Dios, siempre se manifiesta.

Mas de lo que ahora tratamos más, que es de los engaños e ilusiones que hace el demonio a los contemplativos, siempre hay amor grande —o ellos no serán contemplativos—, y así se manifiesta mucho y de muchas maneras. Este gran fuego no puede dar sino gran resplandor. Y si esto no hay, anden con gran recelo, crean que tienen de qué temer, procuren entender qué es, hagan oración, anden con humildad y supliquen al Señor no estén en tentación; que, cierto, si no se da esta señal, yo temo que andamos en ella. Mas andando con humildad, procurando saber la verdad, sujetas al confesor y tratando con él con verdad y llaneza, con lo que el demonio piensa que os va a dar la muerte os dará la vida, por muchas ideas engañosas e ilusiones que os quiera sugerir.

Mas si sentís este amor de Dios que tengo dicho y el temor que ahora diré, andad alegres y tranquilas, que por haceros turbar el alma para que no goce tan grandes bienes, os pondrá el demonio mil temores falsos y hará que otros os los pongan. Porque ya que no puede ganarnos, al menos procura hacernos algo perder, y que pierdan los que pudieran ganar mucho. Y así os hace creer que como sois tan ruin, que no pueden provenir de Dios las mercedes tan grandes que habéis recibido. Mas Dios puede hacerlas, que parece algunas veces tenemos olvidadas las grandes misericordias que ha tenido con nosotras en el pasado.

¿Pensáis que le importa poco al demonio poner estos temores? No, sino mucho, porque produce dos daños: el uno, que atemoriza a los que lo temen de meterse por caminos de oración, pensando han de ser también engañados. El otro, que si no tuviesen estos falsos temores se acercarían muchos más a Dios, viendo su gran bondad, que puede llegar a comunicarse tanto con los pecadores. El Señor puede inspirar deseos vehementes de mejorar, y así yo conozco algunas personas que esto los animó a hacer oración, y en poco tiempo salieron verdaderas contemplativas, haciéndoles Él grandes mercedes.

Así que, hermanas, cuando veáis entre vosotras que hay alguna a la que el Señor le hace tan grandes mercedes, alabad mucho al Señor por ello, y no por eso penséis está segura, antes ayudadla con más oración; porque nadie lo puede estar mientras vive y anda engolfado en los peligros de este mar tempestuoso.

Así podéis conocer quien irradia amor de Dios, el cual no se puede ocultar del todo. Pues si los que aman acá a alguna criatura (a un hombre o a una mujer), es imposible que a la larga no se sepa, y mientras más hacen por encubrirlo, parece que más se descubre, siendo cosa tan baja que no merece nombre de amor, porque se funda en una nonada; ¿y podrá ocultarse un amor tan fuerte como el de Dios, tan justo, que siempre va creciendo, que nada le impide dejar de amar, que

tiene tanto que amar y tantos motivos para ello, fundado sobre tal cimiento como es ser pagado con otro amor, que ya no puede dudar de él por haberse mostrado tan al descubierto, con tan grandes dolores y trabajos y derramamiento de sangre, hasta perder la vida por nosotros, para que no nos quedase ninguna duda del amor del Señor? Esto sí que es amor y merece este nombre. ¡Y qué diferentes son estos dos amores, uno del otro, a quien lo ha probado!

Suplico a Su Majestad que nos dé este amor de Dios antes que nos saque de esta vida, porque será gran cosa a la hora de la muerte ver que vamos a ser juzgadas por quien hemos amado sobre todas las cosas. Seguras podremos ir al pleito de nuestras deudas. No será ir a tierra extraña, sino a casa propia, pues pertenece a quien tanto amamos y nos ama. Que en esto también se diferencia el amor de Dios de los amores de acá, que amándole a Él, estamos bien seguras que nos ama. Acordaos, hijas mías, de la ganancia que trae este amor consigo y de la pérdida por no tenerlo, que nos pone en manos del tentador, en manos tan crueles, tan enemigas de todo bien y tan amigas de todo mal.

¿Qué será de la pobre alma que acabando de salir de tales dolores y trabajos como son los de la muerte, caer luego en tales manos? ¡Qué mal descanso le viene!; ¡qué despedazada irá al infierno!; ¡qué temeroso lugar!; ¡qué miserable hospedaje! Pues si tan mal se pasa una noche en una mala posada, sobre todo si la persona es regalada (como son los que más deben de ir allá), pues ¿qué pensáis sentirá aquella triste alma al verse en una posada para siempre, para sin fin?

No busquemos regalos, hijas; bien estamos aquí; todo es una noche en una mala posada. Alabemos a Dios. Esforcémonos por hacer penitencia en esta vida. Mas ¡qué dulce será la muerte del que ha hecho penitencia de todos sus pecados y del que no irá al purgatorio! ¡Incluso desde acá podrá ser que comience a gozar de la gloria! No sentirá en sí temor sino todo paz.

Y si no llegamos a esto, hermanas, supliquemos a Dios que si vamos a recibir luego penas, que sea donde hay esperanza de salir de ellas, para que las llevemos de buena gana, y en donde no perdamos su amistad y gracia, y que nos la dé en esta vida para que no andemos en tentación sin que nos demos cuenta.

## **Capítulo 41**

*El temor de Dios. Cómo guardarnos de los pecados veniales.*

¡Cómo me he alargado! Pues no tanto como quisiera, porque es cosa sabrosa hablar del amor de Dios. ¿Qué será tenerlo? ¡Oh Señor mío, dámelo Tú! No me vaya yo de esta vida hasta que no quiera cosa de ella, ni sepa qué cosa es amar fuera de Ti, ni acierte a poner el nombre del amor en nadie, pues todo es falso, pues lo es el cimiento, y así no dura el edificio.

No sé por qué nos espantamos. Cuando oigo decir "aquél me pagó mal", "este otro no me quiere", yo me río por dentro; ¿qué te ha de pagar, ni qué te ha de querer? En esto ves qué es el mundo, que tu mismo amor te da después el castigo; y eso es lo que te deshace, porque siente mucho la voluntad de que la hayas traído embebida en juego de niños.

Ahora volvamos al temor de Dios. Es algo que conocen muy bien los que lo tienen y quienes les tratan; aunque al principio no suele ser muy notorio, excepto en algunas personas, a quien el Señor hace grandes mercedes, que en breve tiempo las hace ricas en virtudes. Y así no se ve en todos al principio. Va creciendo poco a poco cada día; aunque desde el principio ya lo tengan aunque pequeño, porque pronto se apartan de las ocasiones de pecado y de las malas compañías, notándose también por otras señales. Mas cuando el alma llega a las cumbres de la contemplación, el temor de Dios claramente se manifiesta al exterior, tal como le pasaba al amor de Dios, y no se puede disimular. Por mucho que observéis a estas personas, no las veréis andar descuidadas, porque las tiene el Señor de manera que, por muchas ventajas que se les ofrezca, no cometen un pecado venial. Mucho menos los pecados mortales, a los que temen como al fuego.

Esto es lo que me gustaría que temiésemos mucho. Supliquemos a Dios que no sea tan recia la tentación que lleguemos a ofenderle, sino que nos la dé conforme a la fortaleza que nos ha de dar para vencerla. Esto es lo que importa. Este temor es el que deseo que nunca lo perdamos, pues es lo que nos ha de valer.

¡Gran cosa es no haber ofendido al Señor, para que mantenga atados a los esclavos infernales!; porque, en definitiva, todos le han de servir, mal que les pese, sino que ellos lo hacen a la fuerza y nosotros lo hacemos voluntariamente. Así que si tenemos contento a Dios, Él los mantendrá a raya, y no harán cosa que nos pueda dañar, aunque más nos tienten y nos armen lazos secretos.

Atended a este aviso que importa mucho: no os descuidéis hasta que no tengáis una gran determinación de no ofender al Señor, hasta que estéis dispuestas a perder mil vidas antes que cometer un sólo pecado mortal, y hasta que no seáis muy cuidadosas de no cometer pecados veniales. Cuando hablo de los pecados veniales, me refiero a aquellos que nos damos cuenta, con plena advertencia, pues de los otros, ¿quién puede vivir sin cometer muchos? Porque algunos no los advertimos sino después de mucho reflexionar; y de otros tan rápidamente que casi el cometerlos y el darnos cuenta es todo uno, que difícilmente podemos evitarlos. Mas Dios nos libre de pecado cometido con plena advertencia, por chico que sea. Yo no sé cómo tenemos tanto atrevimiento. ¡Cuánto más que no hay cosa chica, si se hace contra un Señor de tan gran Majestad y sabiendo que nos está mirando! Que esto me parece a mí es pecado premeditado, como si dijésemos: "Señor, aunque te pese, haré esto; ya veo que lo

ves, y sé que no lo quieres y lo sé; mas quiero más seguir mi antojo y apetito que no tu voluntad". Que esta forma de comportarse sea poco culpable, a mí no me lo parece, por pequeña que sea la cosa, sino muy culpable.

Mirad, por amor de Dios, si queréis adquirir este temor de Dios, que importa mucho darse cuenta cuán grave cosa es ofender a Dios, y meditar esto frecuentemente, que nos va la vida en ello. Y hasta que no tengas arraigada esta virtud en tu alma, es preciso que andes siempre con mucho cuidado, apartándote de todas las ocasiones y compañías que no te ayuden a estar más cerca a Dios. Pon atención a todo lo que haces, para doblar en ello tu voluntad, y todo lo que digas que sea para edificar; huye de las conversaciones que no sean de Dios. Por amor de Dios, hijas, nunca os descuidéis en esto, como ahora sé que lo hacéis. ¡Bendito sea el Señor!

Mucho necesitamos imprimir con fuerza en nuestra alma este temor de Dios; y si de veras tenemos amor, pronto lo alcanzaremos. Cuando el alma se ha determinado a no ofender en nada a Dios, por ninguna cosa creada, aunque después caiga alguna vez, que no se desanime, que quizá lo permite el Señor para que más se conozca; procure rápidamente pedir perdón. Porque somos flacos y no nos podemos fiar de nosotros mismos; y cuanto más determinados, menos debemos confiar de nosotros mismos, pues la confianza ha de venir de Dios. Y aunque desconfíes de ti, no andes encogida ni apretada, que el Señor te favorecerá, y la experiencia te enseñará a cómo no ofenderle; andemos con una santa libertad de espíritu tratando con todos, aunque no sean personas espirituales. Porque si antes de que tuvieseis este temor de Dios, el trato con las personas de espíritu mundano os resultaba muy perjudicial para vuestras almas, después os servirán de motivo para amar más a Dios y alabarle, porque os libró de aquello que veis es notorio peligro. Y si antes participabais de sus flaquezas, ahora les serviréis para que progresen en la virtud, muchas veces sin que lo adviertan siquiera.

Varias veces me he preguntado cuál puede ser la causa de qué, sin decir palabra, muchas veces un siervo de Dios haga enmudecer las blasfemias que se dicen contra Él. Debe ser porque si se tiene un amigo, siempre se le respeta y se tiene cuidado de no hacer nada que pueda disgustarle. Y como esa persona está en gracia, la misma gracia debe influir para que, por muy mala que sea la otra persona, que le tenga respeto y no le disguste haciendo alguna cosa que ofende a Dios.

Así que no andéis apretados, apocados o con poco ánimo, porque si el alma se comienza a encoger, es muy mala cosa para todo lo bueno, y a las veces dan en ser escrupulosas, y queda inhabilitada para sí y para los otros. Y ya que no dé en esto, será buena para sí, mas no acercará muchas almas a Dios, como vean tanto

encogimiento y apretura. Tal forma de ser las atemoriza y ahoga y huyen de llevar el camino que ella lleva, aunque reconozcan claramente ser más virtuoso.

Y viene otro daño de aquí, que es el juzgar equivocadamente como menos perfectos a los que yendo por distinto camino tratan con más desembarazo a los demás, sin esos encogimientos, por más aprovechar sus almas. Y así piensan que son menos perfectos; y si son muy alegres, lo atribuirán a relajación, en especial si son personas menos instruidas. Es una tentación muy peligrosa, difícil de admitir y de rechazar, que va en perjuicio del prójimo. Y pensar que porque los demás no van por el mismo camino que yo, tan encogidamente, que no van tan bien, es malísimo.

Y hay otro daño: que cuando debes dar tu opinión en algunas cosas —y es bueno que la des—, por miedo a no excederte en algo o a quedar mal, no te atreves a hablar o en vez de ello asientes con tu silencio lo que deberías más bien abominar.

Así que, hermanas, en todo lo que podáis sin ofender a Dios, procurad ser amables y comportaos de tal manera que todas las personas que os traten, que gusten de vuestra conversación, admiren vuestra manera de vivir y de tratar, y no se atemoricen y amedrenten de la virtud. Importa mucho esto en las religiosas: mientras más santas, más tratables deben ser con sus hermanas. Aunque te de pena que su conversación no vaya como te gustaría, nunca te extrañes de ello, si quieres hacer bien a tu prójimo y que te amen. Mucho hemos de procurar esto: ser amables, tratar de agradar y contentar a las personas que tratamos, en especial a nuestras hermanas.

Pensad que Dios no se fija en tantas menudencias como vosotras pensáis, y no dejéis que se os encoja el alma y el ánimo, que dejaréis de hacer mucho bien. La intención ha de ser recta y la voluntad determinada a no ofender a Dios. No huyáis del trato de la gente, que en lugar de haceros santas, el demonio os hará caer en muchas imperfecciones por otras vías y no adelantaréis espiritualmente ni aprovecharéis a los demás tanto como podríais.

Veis cómo con estas dos cosas —amor y temor de Dios— podemos ir por este camino alegres y tranquilas, aunque el temor debe ir siempre delante, sin descuidarse; que nunca podremos sentirnos seguras mientras vivimos, porque sería muy peligroso. Y así lo entendió nuestro Maestro, que nuestra vida es incierta y llena de tentaciones y de peligros, y por eso al final de esta oración dijo a su Padre estas palabras “Mas líbranos del mal. Amén”.

## Capítulo 42

*Sobre las últimas palabras del Padrenuestro: "Mas líbranos del mal. Amén".*

Tiene razón el buen Jesús de pedir esto para Sí, porque ya vemos cuán cansado estaba de esta vida cuando dijo en la cena a sus Apóstoles: "Con cuántas ansias he deseado cenar con vosotros", pues era la última cena de su vida. Por donde se ve cuán cansado debía estar ya de vivir. En cambio, parece que no se cansan los que tienen cien años, sino que siempre están con deseos de vivir más. A la verdad, no la pasamos tan mal ni con tantos trabajos como Su Majestad la pasó, ni tan pobremente. ¿Qué fue toda su vida sino un continuo martirio, siempre teniendo delante de sus ojos la muerte tan cruel que le habían de dar? Y esto era lo de menos; mas ¡tantas ofensas como se hacían a su Padre y tanta multitud de almas como se perdían! Pues si acá a una que tenga caridad le causa esto gran tormento, ¿qué sería para la caridad sin tasa ni medida de este Señor? Y ¡qué gran razón tenía de suplicar al Padre que le librase ya de tantos males y trabajos y que pudiese ya descansar para siempre en su reino, pues era el verdadero heredero de él!

Al decir "Amén" entiendo yo que pues con él se acaban todas las cosas, que así pide el Señor seamos librados de todo mal para siempre. Mientras vivimos no podemos evitar estar libres de muchas tentaciones e imperfecciones y aun pecados, pues quien piense que está sin pecado se engaña [1 Jn 1, 10] y es así. Si añadimos los males del cuerpo y los trabajos, ¿quién puede estar libre de ellos? Ni está bien que pidamos estarlo.

Pues entendamos entonces qué pedimos aquí, que decir "de todo mal" parece imposible: siempre habrá males del cuerpo, o imperfecciones y faltas en el servicio de Dios. De los santos no digo nada: todo lo podrán en Cristo, como decía San Pablo [Fp 4, 13]. Mas los pecadores como yo, que se ven rodeados de flojedad y tibieza y de poca mortificación y otras muchas cosas, necesitamos pedir al Señor remedio. Vosotras, hijas, pedid lo que os parezca; yo no hallo remedio viviendo, y así le pido al Señor que me libre de todo mal para siempre. Porque ¿qué bien hallamos en esta vida, pues carecemos de tanto bien, y estamos ausentes de él?

Líbrame, Señor, de esta sombra de muerte, líbrame de tantos trabajos, líbrame de tantos dolores, líbrame de tantas mudanzas, de tantos cumplimientos como forzado hemos de tener los que vivimos, de tantas cosas que me cansan y fatigan, que cansaría a quien esto leyese si las dijese todas. No puedo soportar seguir viviendo. Debe de venirme este cansancio de haber vivido tan mal, y de ver que aun lo que vivo ahora no es como debía vivir, pues tanto debo.

Y así suplico al Señor me libre de todo mal para siempre, pues no me desquito de lo que debo, sino que cada día me endeudo más. Y lo que no se puede sufrir,

Señor, es no poder saber con seguridad si te amo, ni si te son agradables mis deseos. ¡Oh Señor y Dios mío, líbrame ya de todo mal, y llévame adonde están todos los bienes! ¿Qué esperan ya aquellos a los que Tú has dado algún conocimiento de lo que es el mundo y los que creen de verdad en lo que el Padre Eterno les tiene guardado?

El pedir esto con deseo grande y toda determinación es una gran señal para los contemplativos de que las mercedes que en la oración reciben provienen de Dios; y no lo hacen por huir los trabajos, sino sólo por gozar de Él. A quien nuestro Señor les dé estos deseos, ténganlo como un gran don. El que lo pida yo no es por este motivo, sino que, como tan mal he vivido, que temo más vivir, y me cansan tantos trabajos.

No debemos extrañarnos, por tanto, de que los que participan de los regalos de Dios, deseen estar donde los puedan gozar plenamente y no a sorbos, y que no deseen estar en esta vida en que tantos embarazos hay para gozar de tanto bien, y que deseen estar donde no se les ponga el sol de justicia. Pues les parece todo oscuro cuanto después acá ven, y se espantan de cómo viven. ¡Y cuán diferentemente se inclina la voluntad de Dios a la nuestra! Ella desea la verdad, la nuestra la mentira; ella desea lo eterno, acá nos inclinamos a lo que se acaba; ella quiere que queramos cosas grandes y elevadas, acá queremos las bajas y terrenas; ella desearía que busquemos lo seguro, acá amamos todo lo dudoso. Que parece que nos burlamos de Él. Supliquemos a Dios nos libre de estos peligros para siempre y nos saque ya de todo mal. Y aunque no vaya nuestro deseo con pureza de intención, esforcémonos por hacer esta petición. ¿Qué nos cuesta pedir mucho, pues pedimos a un Señor tan poderoso? Mas, para que más acertemos, dejemos a su voluntad el dar, pues ya le tenemos dada la nuestra. Y sea para siempre santificado su nombre en los cielos y en la tierra, y en mí sea siempre hecha su voluntad. Amén.

Veis aquí, amigas, cómo es el rezar vocalmente con perfección: mirando y entendiendo a quién se pide y quién pide y qué es lo que se pide. Cuando os digan que no es bueno que tengáis otra oración sino la vocal, no os desconsoléis: leed esto muy bien, y lo que no sepáis sobre la oración, suplicad a Dios os lo dé a conocer. Que rezar vocalmente no os lo puede quitar nadie, pero no recéis el Padrenuestro de corrida y sin daros cuenta de lo que decís. Si también alguna persona os desaconsejase la oración vocal, no la creáis; creed que es un falso profeta, y mirad que en estos tiempos no habéis de creer a todos.

También pensé deciros algo sobre cómo debéis rezar el Avemaría; mas me he alargado tanto, que lo voy a dejar. Basta que entendáis cómo se debe rezar bien el Padrenuestro para que hagáis lo mismo con todas las demás oraciones vocales.

Fijaos, hermanas, cómo el Señor me ha facilitado el trabajo de enseñaros a vosotras, dándome a entender lo mucho que pedimos cuando decimos esta oración evangélica. Sea bendito por siempre, pues jamás me pasó por la imaginación que hubiera tan grandes secretos en ella, pues ya habéis visto que encierra en sí todo el camino espiritual, desde el principio hasta engolfar Dios el alma y darla abundante de beber de la fuente de agua viva que está al final del camino. Parece ha querido el Señor entendamos la gran consolación que aquí está encerrada y aun cuando os quitasen los libros, no nos pueden quitar este libro del Padrenuestro, que ha sido dictado por la boca de la misma verdad, que no puede errar. Además, esta oración es de gran provecho para las personas que no saben leer; y si la entendiesen, por esta oración podrían sacar mucha doctrina y mucho consuelo. Pues tantas veces decimos al día el Padrenuestro, regalémonos con él, y procuremos aprender de tan excelente Maestro la humildad con que ora y todas las demás partes que quedan dichas. Y suplicadle me perdone, que me he atrevido a hablar de cosas tan altas. Bien sabe Su Majestad que mi entendimiento no es capaz de ello, si Él no me hubiera enseñado lo que he dicho. Agradecédselo vosotras, que debe haberlo hecho por la humildad con que me lo pedisteis, pues quisisteis ser enseñadas de cosa tan miserable.

Si el Padre Maestro Fray Domingo Báñez, de la Orden de Santo Domingo, que es mi confesor, a quien le daré este escrito antes de que lo leáis, viere que puede servir para vuestro aprovechamiento y os le diere, me daré por satisfecha con haberos complacido. Si no sirve para que nadie lo vea, miraréis a la intención con que me puse a escribirlo, pues he obedecido a lo que me mandasteis; que me doy por bien pagada del trabajo que me ha costado el escribirlo, que no por cierto en pensar lo que he dicho.

Bendito y alabado sea el Señor, de donde nos viene todo el bien que hablamos y pensamos y hacemos. Amén.

\*\*\*