

# Método Sencillo De Oración Para Un Buen Amigo

Martín Lutero

(1535)

Dedicado Al Maestro Barbero Pedro<sup>1</sup>

Querido maestro Pedro: Te confío lo que tengo en este particular y la forma en que yo mismo practico la oración. Dios nuestro señor os conceda a vos y a todos los demás hacerlo mejor, amén.

Antes de nada, cuando caigo en la cuenta de que, por ocupaciones o pensamientos ajenos, me voy enfriando y desganando hacia la oración -la carne y el demonio tratan siempre de impedirla y obstaculizarla-, cojo mi librito del salterio, me recojo en mi cámara o, si el tiempo me lo permite, en la iglesia con los demás, y comienzo a recitar oralmente los diez mandamientos, el credo y, depende del tiempo de que disponga, algunas palabras de Cristo, de Pablo o de los salmos, exactamente igual que lo hacen los pequeños.

Por eso, está muy bien que la oración sea nuestro primer quehacer por la mañana, temprano, y el último del anochecer; es la mejor forma de guardarse uno con diligencia de los falsos y engañosos pensamientos que están sugiriendo: « Espera un poquito más; rezaré pasada una hora, en cuanto haya acabado esto o aquello que tengo que hacer». Pensando así se llega a abandonar la oración por los negocios que nos rodean y nos entretienen de tal forma, que nos impedirán hacer la oración a lo largo de todo el día.

Ahora bien, puede suceder que haya algunas obras tan buenas como la oración incluso mejores que ella, en especial cuando están impuestas por la necesidad. A este particular corre un dicho que se atribuye a san Jerónimo: «Toda obra de los creyentes es oración»<sup>2</sup>, y un proverbio que dice: «El que trabaja fielmente ora dos veces». En su sentido más hondo, esto quiere decir que un fiel, mientras trabaja, está temiendo y honrando a Dios, pensando en sus preceptos para no perjudicar a nadie, ni robarle, ni engañarle ni defraudarle. Tales pensamientos, tal fe, indudablemente constituyen también una oración y alabanza.

Por el contrario, también será cierto que la obra de los incrédulos constituye una maldición y que quien no trabaja lealmente está incurriendo en doble maldición. Porque en lo profundo de su corazón, mientras trabaja está despreciando a Dios, esta pensando en quebrantar sus mandamientos y en perjudicar, robar y defraudar al prójimo. Porque, ¿qué otra cosa son estos

---

<sup>1</sup> Profesión que, además y en muchos casos, incluía el ejercicio de cierta cirugía elemental y primitiva

<sup>2</sup> Quizá se refiera al *Commentarium in Matthaicum* (21, 11): ML 26, 186.

pensamientos que una sencilla maldición contra Dios y los hombres? En virtud de ellos se está convirtiendo su obra y su trabajo en una maldición doble, con la que uno se maldice a sí mismo; que, en definitiva, es lo que hacen los mendicantes y chapuceros.

De esta oración constante habla Dios de hecho (Lc 11): «Hay que orar sin interrupción para protegernos contra el pecado y la injusticia»<sup>3</sup>, algo inasequible si no se teme a Dios y si no se tienen delante sus mandamientos, como dice el Salmo 1: «Dichoso el que día y noche medita la ley del Señor»<sup>4</sup>.

Hay que andar con cuidado, no obstante, para no desacostumbrarnos a la verdadera oración y para no juzgar nosotros mismos como definitivamente buenas nuestras propias acciones, cuando en realidad no lo son. Llegaríamos por este camino al abandono, el emperezamiento, la frialdad y el disgusto hacia la oración; y no olvidemos que el demonio no se empereza ni se abandona cuando de nosotros se trata, ni que, por otra parte, nuestra carne anda muy viva y dispuesta al pecado y es tan desafecta al espíritu de oración.

Una vez que tu corazón se haya enfervorizado con estas palabras dichas verbalmente y se haya concentrado, arrodíllate o ponte en pié, con la manos juntas y la mirada hacia el cielo, y dí o medita de la forma más breve posible: «Padre celestial, Dios mío querido; soy un indigno, pobre pecador, que no merezco elevar mis ojos o mis manos hacia ti ni dirigirte mi oración. Pero tú nos has ordenado a todos que oremos, has prometido escucharnos y nos has enseñado, además, las palabras y la forma de hacerlo por tu amado hijo, nuestro señor Jesucristo. Ateniéndome a este precepto, aquí me tienes para obedecerte, acogido a tu graciosa promesa.

En el nombre de mi señor Jesucristo te elevo mi oración en unión de todos los santos cristianos de la tierra, como él me lo ha enseñado: «Padre nuestro, que estás en los cielos, etc.», y así hasta el final palabra por palabra.

1. A continuación repite una parte (o lo que mejor te parezca), como, por ejemplo, la *primera petición*: «Santificado sea tu nombre», y añade: « Sí, señor, padre amado, santifica tu nombre en nosotros y en el mundo entero. Destruye y aniquila las abominaciones, la idolatría y la herejía del turco, del papa y de todos los falsos maestros y espíritus sectarios; porque llevan tu nombre en falso, abusan de él tan descaradamente y le blasfeman sin ninguna vergüenza; porque andan diciendo por ahí, y vanagloriándose de ello, que esto y esto es tu palabra y precepto de la iglesia, cuando en realidad se trata de un engaño y de mentira del demonio. Seducen miserablemente así y bajo el señuelo de tu santo nombre a tantas pobres almas en todo el mundo; matan, derraman sangre inocente, decretan persecuciones con la excusa de hacerte un servicio.

Señor, Dios querido, vuélvete y resiste. Convierte a los que todavía han de convertirse para que ellos con nosotros, y nosotros con ellos, santifiquemos y glorifiquemos tu nombre con la verdadera y pura doctrina, al mismo tiempo que con una vida buena y santa. Pero resiste a los que no quieren convertirse para que cesen de profanar tu santo nombre, que no lo sigan avergonzando y deshonorando y que dejen de seducir a las pobres gentes. Amén».

2. Repite después la *segunda petición*: «Venga a nosotros tu reino», y di: «Señor, Dios padre, ya ves que la sabiduría y la razón del mundo no sólo ultrajan tu nombre y desvían el honor que se te debe hacia la mentira y el demonio, sino que también todo su poder, su fuerza, su riqueza y honor, que les has otorgado para el gobierno temporal y para tu servicio, lo emplean en oponerse y luchar contra tu reino. Son grandes, fuertes y numerosos, gordos, grasos y repletos, y, sin

---

<sup>3</sup> Lc 18, 1 y 1 Tes 5, 17.

<sup>4</sup> Sal 1, 2.

embargo, se dedican a maltratar, inquietar y molestar al pequeño rebaño de tu reino, compuesto por débiles, despreciadas e insignificantes gentes. No están dispuestos a tolerar nada sobre la faz de la tierra y encima están convencidos de que con ello te rinden un enorme servicio.

Señor, Dios querido, vuélvete y resiste. Vuélvete hacia los que todavía tienen que ser hijos y miembros de tu reino, para que ellos con nosotros, y nosotros con ellos, te sirvamos en tu reino con recta fe y amor verdadero, y para que desde este reino que comienza podamos llegar al reino sin fin. Pero resiste a los que no quieren dejar de inquietar a tu reino con su fuerza y sus recursos, para que, arrojados de sus tronos, se vean obligados a cesar en su empeño. Amén».

3. Después repite la *tercera petición*: «Hágase tu voluntad así en la tierra como en el cielo», y di: «¡Ay, Señor, Dios padre querido! Ya ves que si el mundo no puede borrar del todo tu nombre sobre la tierra y exterminar tu reino, sin embargo la gente anda todo el día y la noche entera con pésimas insidias y trazas, ponen por obra innumerables intrigas y raras artimañas; complotan, conspiran unos con otros y mutuamente se alientan y refuerzan; amenazan y vociferan, rebosan de mala voluntad contra tu nombre, tu palabra, tu reino y tus hijos para conseguir su exterminio.

Por eso, Dios, padre querido, vuélvete y resiste. Vuélvete hacia quienes todavía tienen que conocer tu buena voluntad, para que ellos con nosotros, y nosotros con ellos, seamos sumisos a la misma; para que suframos gustosos, pacientes y alegres todo mal, todas las cruces y adversidades, y de esta suerte conozcamos, experimentemos y gocemos tu buena, graciosa y perfecta voluntad. Pero resiste a quienes se empeñan en su furor, en sus gritos, en sus odios, amenazas, en sus intenciones pésimas de obrar el mal, y aniquila sus conciliábulos, sus intrigas perversas y artimañas para que perezcan, como se canta en el salmo 7<sup>5</sup>. Amén».

4. Repite después la *cuarta petición*: «El pan nuestro de cada día dánosle hoy», y di: «¡Ay, Señor, Dios padre querido! Bendice también esta vida temporal y del cuerpo. Concédenos graciosamente la paz amada, líbranos de la guerra y de la discordia. Concede a nuestro amado señor, el emperador, felicidad y fortuna contra sus enemigos; dale sabiduría y discernimiento para que rija pacífica y felizmente su reino terreno. Otorga a todos los reyes, príncipes y señores consejo acertado y buena voluntad, para que mantengan sus dominios y su gente en paz y en justicia. Ayuda principalmente a nuestro señor N., bajo cuyo amparo y protección nos guardas, y guíale para que, libre de todo mal, al abrigo de lenguas mentirosas y de gente felona, gobierne con toda felicidad. Concede que todos los súbditos sirvan con lealtad y sean obedientes. Concede que todos los estados, así ciudadanos como campesinos, sean honrados y se muestren amor y confianza mutuos. Concede tiempos favorables y los frutos de la tierra. También te encomiendo la casa, las pertenencias, la mujer y los hijos; ayúdame a saber gobernarlos y a cuidar de su manutención y de su educación cristiana. Aleja al demonio y a todos los ángeles malos que nos causan desgracias y nos ponen obstáculos. Amén».

5. Repite después la *quinta petición*: «Perdónanos nuestras deudas así como nosotros perdonamos a nuestros deudores», y di: «¡Ay, Dios mío, padre amado! "No entres en juicio con nosotros, porque ningún humano viviente puede hallarse justo a tus ojos"<sup>6</sup>. ¡Ay! No nos imputes como pecado nuestro desagradecimiento hacia tus inefables beneficios, así espirituales como corporales, ni que tropecemos y caigamos al cabo del día tantas veces, más de las que podamos

---

<sup>5</sup> Sal 7, 16.

<sup>6</sup> Sal 143, 2.

advertir<sup>7</sup>. No te fijes en nuestra bondad o malicia; atiende, mejor, a tu misericordia insondable que nos has regalado en Cristo, tu hijo amado. Perdona también a todos nuestros enemigos y a todos los que nos han hecho algún mal, al igual que nosotros les perdonamos de corazón, ya que los más perjudicados por haber encendido tu cólera son ellos y de nada nos serviría a nosotros su destrucción; por eso preferimos que se salven también con nosotros. Amén». (El que vea que le cuesta perdonar, que pida la gracia de poder hacerlo. Pero esto pertenece a la predicación).

6. Repite después la *sexta petición*: «Y no nos dejes caer en la tentación», y di: «¡Ay, Señor Dios, padre querido! Manténnos vigilantes y dispuestos, celosos y entregados a tu palabra y a tu servicio, para que no nos invada la seguridad, la pereza, la dejadez, como si tuviéramos ya aquí todo. Por el contrario, el demonio, furioso, nos asalta, nos sorprende, nos roba tu palabra; siembra divisiones y discordias entre nosotros o nos induce de mil formas al pecado y a la ignominia, tanto en lo espiritual como en lo corporal. Concédenos, por tu Espíritu, sabiduría y fuerza para que podamos resistirle como caballeros y conseguir la victoria. Amén».

7. Después repite la *séptima petición*: «Mas líbranos de mal», y di: «¡Ay, Señor, Dios padre querido! A pesar de todo, y como dice san Pablo ("corren días malos")<sup>8</sup>, esta vida en país extraño está tan llena de penuria y de infelicidad, de peligros e inseguridad, de falsedad y malicia, que es natural que estemos ahitos de ella y suspirando por la muerte. Pero tú, padre querido, conoces nuestra flaqueza. Ayúdanos, por tanto, a atravesar firmes tantos males y tantas miserias; y que cuando nos llegue la hora, nos concedas una muerte en tu gracia, un feliz dejar este valle de lágrimas, para que el momento decisivo no nos arredre ni nos hunda en el desaliento, sino que con fe inquebrantable encomendemos nuestra alma a tus manos. Amén».

Ten en cuenta, por fin, que el amén tiene que ser pronunciado con énfasis. No te quepa la menor duda de que Dios te atiende con todas sus gracias y de que está asintiendo a tu demanda. Piensa que no eres tú sólo el que está arrodillado o de pie en esta actitud suplicante; contigo está la cristiandad entera, todos los cristianos de verdad, y tú con ellos, dirigiendo esta humilde, armoniosa oración que Dios no puede despreciar. No te retires, por tanto, de la oración sin antes haber dicho o pensado: "Sí, señor, esta súplica ha sido acogida por Dios; me consta con toda certidumbre y seguridad". Y a esto equivale decir amén».

Has de saber que no espero digas todo esto en la oración; se convertiría en un parloteo, en una charlatanería hueca; sería como leer todas las letras de un libro, exactamente igual que hacen los laicos con los rosarios y los curas y frailes con sus oraciones. Lo que yo quisiera sería enfervorizar con ello el corazón e indicar qué pensamientos puede sugerir el padrenuestro; una vez caldeado y dispuesto el corazón, puede expresar estas ideas con otras palabras totalmente distintas, más o menos numerosas. Incluso yo mismo no me suelo atar a las palabras antedichas, a las sílabas, sino que un día las digo de una manera, al siguiente de otra, según el estado de ánimo o el fervor. No obstante, en la medida de lo posible, suelo atenerme a las palabras y al sentido que te he sugerido. Lo que me acaece con frecuencia es que una frase o una petición me suscitan tantas reflexiones, que prescindo de todas las demás. Y cuando fluyen estos pensamientos abundosos y buenos, es preciso dejar a un lado las restantes peticiones, detenerse en aquéllos, escucharlos en silencio, no ponerles obstáculos por nada del mundo. Entonces es cuando está predicando el Espíritu santo, y una palabra de su predicación es mucho más valiosa que mil de

---

<sup>7</sup> Sal 19, 13.

<sup>8</sup> Ef 5, 16.

nuestras oraciones. ¡Cuántas veces he aprendido mucho más en una sola oración que lo que pudieran haberme enseñado innumerables lecturas y meditaciones!

Lo que importa es que el corazón esté abierto a la plegaria y ansioso de orar. A esto se refiere el Eclesiástico al decir: «antes de la oración prepara tu corazón para que no tientes a Dios»<sup>9</sup>. ¿Y qué otra cosa que tentar a Dios es que los labios estén musitando y el corazón derramado en otras preocupaciones? Así es como rezaba aquel cura: «Dios mío, ven en mi auxilio» (Mozo, ¿has enganchado la yunta?). «Señor, date prisa en socorrerme» (Muchacha, anda a ordeñar la vaca). «Gloria al Padre y al Hijo y al Espíritu santo» (Corre, granuja, que la fiebre te sacude, etcétera). Muchas oraciones por este estilo he oído y conocido durante mis tiempos papistas; ellos rezan casi siempre de esta manera. Eso es igual que reírse de Dios. ¡Cuánto mejor sería que estuviesen jugando -si es que no pueden o quieren hacer nada mejor- que rezar así! Incluso yo mismo, en muchas ocasiones, he rezado las horas canónicas en condiciones tales, que había liquidado el salmo o la hora antes de haberme dado cuenta de si estaba al principio o en el medio.

No todos oran vocalmente como el sacerdote antedicho, mezclando los negocios con el rezo; pero con los pensamientos de su oración se conducen de esta manera: pasan del centésimo al milésimo, y cuando todo se ha acabado, no saben a punto fijo qué es lo que han hecho ni lo que ha pasado hasta entones. Comienzan con el «Laudate» y ya están pensando en las musarañas, hasta tales extremos, que me parece que no se podría ofrecer un espectáculo más ridículo que el representar ante alguien los pensamientos que, durante la oración, agitan el interior de un corazón sin fervor y poco piadoso. Por fortuna me he dado después cuenta de que no puede calificarse de oración auténtica la de quien olvida lo que ha rezado. La oración auténtica está del todo pendiente de las palabras y pensamientos desde que se comienza hasta que se acaba.

Sucede lo mismo que con el barbero bueno y diligente: tiene la obligación de concentrar los cinco sentidos en la navaja y en los cabellos y no perder de vista la marcha del corte. Pero si al mismo tiempo se pone a charlar, a pensar en babia, a mirar por el rabillo del ojo, con la mayor facilidad le puede cortar a uno los labios, la nuez o el cuello. Para que una cosa se pueda ejecutar a la perfección es imprescindible la entrega total de la persona a su quehacer; en este sentido dice el proverbio; «pluribus intentus, minor est ad singula sensus» (el que mucho abarca, poco aprieta). El que está pensando en mil cosas, no sabe pensar ni obrar como se debe. Con mucho más motivo la oración, para que sea como tiene que ser, requiere dedicación única y total del corazón.

Aquí tienes brevemente expuesta, con motivo del padrenuestro y de la oración, mi forma de comportarme. Porque, incluso hoy día, mamo del padrenuestro como un niño, bebo y como de él como un viejo y nunca llego a saciarme. Para mí es la mejor de las oraciones; mejor incluso que los salmos, a pesar de la devoción que los tengo. Realmente, ahí se demuestra que ha sido el verdadero maestro el que la ha inventado y enseñado, y me fastidia que una oración como ésta, y de tal maestro, se esté mascullando sin cesar y sin pizca de devoción en todo el mundo. Muchos es posible que al cabo del año lleguen a rezar millares de padrenuestrros, y si estuviesen rezándolos así durante mil años, no conseguirían rezar como es debido ni un punto ni una coma ni una letra de esta oración. En fin, que el padrenuestro, al igual que el nombre y la palabra de Dios, es el mayor de los mártires sobre la tierra: todo el mundo lo tortura y abusa de él, pocos son los que lo consuelan, los que le procuran alguna alegría usándolo como conviene.

Cuando el tiempo y las circunstancias me lo permiten, procedo con los diez mandamientos como con el padrenuestro; paso del uno al otro para entregarme a la oración en

---

<sup>9</sup> Ecl 4, 17.

cuanto me es posible. De cada mandamiento hago un rosario trenzado con cuatro hebras, a saber: en primer lugar, tomo cada uno de los mandamientos como una enseñanza, que esto son en realidad, y me pongo a pensar en qué consiste lo que tan seriamente me pide el Señor por ella. En segunda instancia, profiero una acción de gracias por este motivo. En tercer lugar hago una confesión, y, en fin, formulo la petición. Y todo, más o menos, con las siguientes reflexiones y palabras.

*1. Primer mandamiento: «Yo soy el Señor, tu Dios, etc.». «No tendrás más dioses, etc.».*

Primero. Pienso que Dios me exige y enseña que confíe cordialmente en él para todo; que desea decididamente ser mi Dios. Que, como Dios, en él tengo que depositar toda mi confianza, so pena de perder la eterna bienaventuranza. Que mi corazón no tiene que apoyarse ni depositar su confianza en nada creado, como bienes, honor, sabiduría, fuerza, santidad.

Segundo. Le agradezco su insondable misericordia por haberse abajado tan paternalmente hacia mí, un hombre perdido; porque sin que mediase petición, búsqueda ni mérito por mi parte, él mismo se me ha ofrecido para ser mi Dios, y porque está deseando ser consuelo, protección, ayuda y fortaleza en todas mis necesidades. Y, a cambio, aquí estamos nosotros, hombres ciegos y pobres, a la búsqueda de dioses tan variopintos; y los seguiremos buscando, como si no nos hubiese manifestado él mismo y en lenguaje accesible y humano que quiere ser nuestro Dios. ¿Quién será capaz de expresarle el agradecimiento por siempre y eternamente?

Tercero. Confieso y reconozco mis grandes pecados, mi ingratitud por haber menospreciado durante toda mi vida doctrina tan hermosa y tan excelsos dones, y por haber encendido su cólera terriblemente a causa de mis incontables idolatrías. Me arrepiento y le pido perdón.

Cuarto. Le dirijo esta súplica: «Señor y Dios mío: ayúdame por tu gracia para que cada día pueda ir aprendiendo y comprendiendo mejor este mandamiento tuyo y para que con corazón confiado pueda cumplirlo. Preserva mi corazón, para que no sea yo tan olvidadizo e ingrato. Que no ande buscando otros dioses, otros consuelos en la tierra ni entre las creaturas, sino que esté sola, única y completamente contigo, mi Dios único. Amén, querido Dios y señor mío, amén».

*2. Después, si lo creo conveniente, y si dispongo de tiempo, y siguiendo también los cuatro momentos apuntados, paso al segundo mandamiento: « No usarás en vano el nombre del Señor, tu Dios, etc.».*

Primero. Se me enseña que tengo que usar el nombre de Dios con respeto, santa y dignamente; que no debo acudir a él para juramentos, imprecaciones ni engaños; que no tengo que ser altanero ni perseguir la fama y el honor de mi nombre. Por el contrario, que es mucho mejor que invoque, adore, alabe y glorifique su nombre con humildad, y cifrar todo mi honor y gloria en que él es mi Dios y yo su pobre criatura y siervo indigno.

Segundo. Le agradezco este don estupendo de haberme revelado y regalado su nombra de poderme gloriar en su nombre, de poder decirme siervo y criatura de Dios, etc., de que su nombre es mi refugio al igual que una fortaleza inexpugnable, donde el justo puede acogerse y sentirse seguro, como dice Salomón<sup>10</sup>.

Tercero. Confieso y reconozco el pecado vergonzoso y grave de haber estado obrando toda mi vida contra este mandamiento. No sólo me he hecho cómplice de que se deje de invocar, glorificar y honrar su nombre, sino que yo mismo he sido un desagradecido hacia este don, del

---

<sup>10</sup> Prov 18, 10.

que he abusado ignominiosa y pecaminosamente con toda suerte de juramentos, mentiras, bellaquerías. Me arrepiento de ello y pido gracia y perdón, etc.

Cuarto. Le pido fuerza y ayuda para que sepa cumplir en adelante este mandamiento, y que me proteja de estos vergonzosos pecados, profanaciones e ingratitudes contra su nombre; que me haga mucho más agradecido y que tema y honre su nombre.

Y repito una vez más lo que he dicho antes a propósito del padrenuestro: si durante estas meditaciones acudiere el Espíritu santo y comenzase a predicar a tu corazón con sus ricos y luminosos pensamientos, concédele el honor de prescindir de tus anteriores ideas, queda en silencio y escucha, porque mejor que tú conoce él todo esto; anota bien lo que te predica y reténlo; de esta suerte experimentarás qué maravillosa es la ley del Señor, como dice David<sup>11</sup>.

### 3. El *tercer mandamiento*: «Procura santificar la fiesta».

Primero. Esto me enseña que el día de fiesta no se instituyó para fomentar la holgazanería ni para los deleites carnales, sino para que lo santifiquemos. Nuestro trabajo y nuestras obras no le santifican, una vez que nuestras obras no son santas, sino que es santificado por la palabra de Dios, lo único del todo puro y santo, que santifica todo lo con ella relacionado: tiempo, lugares, persona, obra, descanso, etcétera. Por la palabra serán santificadas también nuestras obras. En este sentido dice san Pablo (1 Tim 4) que toda criatura es santificada por la palabra y por la oración<sup>12</sup>. De donde deduzco que lo primero que tengo que hacer en el día de fiesta es escuchar y meditar la palabra de Dios, y con esta misma palabra expresarle el agradecimiento, alabarle por todos sus beneficios y rogarle por mí y por todo el mundo. El que se comporta así es el que santifica el día festivo; el que no obra de esta manera obra peor que el que trabaja.

Segundo. En concordancia con este mandamiento, doy gracias por el beneficio grande y hermoso, por esta gracia divina de habernos regalado su palabra, su predicación, y de habérnosla recomendado como el quehacer principal del día de fiesta. Ningún corazón humano podrá agotar lo que este tesoro encierra. Porque su palabra es la única luz que alumbra la oscuridad de esta vida; es palabra de vida, de consuelo, de toda bienaventuranza. Y donde esta palabra saludable y amada no tenga sitio, no habrá más que tiniebla, error, espíritu sectario, muerte, toda clase de desgracias y la propia tiranía del diablo, como lo estamos viendo a diario con nuestros propios ojos.

Tercero. Confieso y reconozco mi enorme pecado y vergonzosa ingratitud por haber empleado durante mi vida y tan sacrílegamente el día festivo. He despreciado con tanto descaro su palabra preciosa, he sido tan perezoso, tan abúlico, tan abandonado para escucharla, que jamás la anhelé de corazón ni la he agradecido. De esta suerte he dejado que Dios me haya estado predicando en vano y he ignorado y pisoteado este noble tesoro. Y él, por su pura bondad divina, me ha aguantado, no ha cesado por ello de seguir predicándome, de seguir llamándome a la bienaventuranza del alma con todo su amor, con toda su fidelidad de padre y de Dios. De ello me arrepiento y pido gracia y perdón.

Cuarto. Pido, en nombre mío y de todo el mundo, que el padre amado no nos arrebathe su palabra a causa de nuestro pecado, de nuestra ingratitud y de nuestra dejadez; que nos libre de los espíritus sectarios y de los falsos maestros, y que, en su lugar, envíe a su mies fieles y buenos operarios (es decir, párrocos y predicadores, fieles y píos); que nos conceda la gracia de escuchar

---

<sup>11</sup> Sal 119, 18.

<sup>12</sup> 1 Tim 4, 4.

con humildad su palabra como suya propia, de recibirla, de honrarla, de saberle estar agradecidos y alabarle por ello, etc.

4. El *cuarto mandamiento*: «Honrarás a tu padre y a tu madre».

Primero. Esto me enseña a reconocer a Dios, mi creador. Milagrosamente me ha hecho con cuerpo y alma, por mis padres me ha transmitido la vida y les ha infundido en su corazón la entrega a mi servicio con todas sus fuerzas y como fruto de sus entrañas; me han traído al mundo, me han criado, me han cuidado, han velado por mí y me han educado con grandísima diligencia, con enorme dedicación, riesgo, molestia, trabajo. Y hasta este mismo momento ha protegido él a su criatura contra innumerables peligros de alma y cuerpo, y me sigue protegiendo, como si a cada instante me estuviese recreando. Porque el demonio está siempre celoso de nuestra existencia.

Segundo. Agradezco, en nombre propio y de todo el mundo, al creador rico y bueno, que en este mandamiento haya constituido y salvaguardado el crecimiento y conservación del género humano, es decir, la vida familiar y el orden público, la economía doméstica y el estado. Sin estos dos órdenes y organizaciones el mundo no duraría ni un año. Porque sin el gobierno civil no es posible la paz; donde no hay paz no puede haber vida familiar; donde ésta falta es imposible criar y educar a los hijos y se tendría que erradicar la condición paterna y materna. Para esto es para lo que está impuesto este mandamiento. Sostiene y defiende a ambos estados: el familiar y el civil; exige obediencia a los hijos y a los súbditos, y Dios, además, vela por su cumplimiento. Y de no cumplirse, no lo dejará impune. De otra forma, los hijos por la desobediencia, los súbditos por la revuelta, destruirían y reducirían a la nada el orden familiar y el orden público, puesto que son mucho más numerosos aquéllos que los padres y gobernantes. Y he ahí por qué también este beneficio es inefable.

Tercero. Confieso y reconozco mi lastimosa desobediencia y pecado contra este mandamiento divino, al no haber honrado y obedecido a mis padres. Les he hecho enfadar, les he irritado con excesiva frecuencia; he acogido sus paternos castigos con malhumor, he murmurado contra ellos, he despreciado sus advertencias buenas. En su lugar, me he enrolado con los frívolos y con los muchachos traviosos, a pesar de que Dios maldiga a los hijos desobedientes y les niegue larga vida<sup>13</sup> y de que, de hecho, muchos de ellos perezcan y desaparezcan ignominiosamente sin alcanzar la edad adulta. Porque, quien no obedezca al padre y a la madre, tendrá que someterse al verdugo, o, de no hacerlo así, la cólera de Dios se encargará de quitarle la vida de mala manera, etc. De todo me arrepiento y pido gracia y perdón.

Cuarto. Pido a Dios por mí y por todo el mundo, que se digne prestarnos su gracia y derramar su bendición en abundancia sobre la familia y las instituciones públicas. Así podremos ser piadosos, honrar a los padres, obedecer a la autoridad, resistir al demonio y no ser arrastrados por los encantos de la desobediencia y de la discordia. De esta forma podremos cooperar de hecho en la mejora y tranquilidad de la casa y del país, para alabanza y honra de Dios, para utilidad y bien nuestros, reconociendo y agradeciendo estos dones divinos. Aquí conviene incluir también la oración por los padres y los señores, para que Dios les conceda discreción y sabiduría y así nos gobiernen y presidan en paz y felicidad. Que él les preserve de la tiranía, del furor, de la ira, y que les guíe de tal forma, que honren la palabra de Dios y no persigan ni traten injustamente a nadie. Porque estos dones excelsos deben conseguirse a fuerza de oración, como dice san Pablo<sup>14</sup>. Si no, el diablo se encargará de ser el dueño y señor, pésimo y repugnante.

---

<sup>13</sup> Prov 1, 10.

<sup>14</sup> 1 Tim 2, 1; Rom 12, 12.



Si eres padre o madre, éste es el momento de no olvidarte de ti mismo, de tus hijos ni de tus criados: ruega encarecidamente que, ya que el padre del cielo te ha otorgado el honor de su nombre y oficio, que ya que desea que también tú te llames padre y como tal seas honrado, te conceda la gracia y la bendición de gobernar de forma divina, de mantener cristianamente a tu mujer, a tus hijos y a tus criados. Que te otorgue sabiduría y fortaleza para educarlos como es debido, y a ellos un corazón bueno y el deseo de hacer caso de tus enseñanzas y de ser sumisos. Porque ambas cosas son dones divinos: los niños y su prosperidad, el ser bien formados y que así perduren. De no suceder de esta forma, la casa se convertirá en una pocilga, en una escuela de bribones, como de hecho vemos que sucede con los impíos y maleducados.

##### 5. El quinto mandamiento: «No matarás».

Lo primero que aquí se enseña es el deseo divino de que yo tengo que amar al prójimo. Por tanto, no debo perjudicarlo corporalmente, ni con palabras ni de obra; no puedo lastimarlo ni vengarme de él por cólera, impaciencia, envidia, odio o por cualquiera de otras maldades, sino darme cuenta de mi obligación de prestarle ayuda y consejo en todas sus necesidades corporales. Porque, en virtud de este mandamiento, Dios me ha encomendado la salvaguarda del cuerpo de mi prójimo y, viceversa, a mi prójimo le ha ordenado que cuide del mío. Como dice Ben Sirach, a cada uno de nosotros se nos ha encomendado el cuidado del prójimo<sup>15</sup>.

Segundo. Doy gracias a Dios por el inefable amor, providencia, fidelidad conmigo, como es el que haya fortificado mi cuerpo con una vigilancia tan consistente y con la verdadera muralla del deber que tienen todos los humanos de dejarme intacto, de protegerme, y al contrario, del mismo deber que yo tengo hacia ellos. Dios vela por el cumplimiento de todo esto, y para castigar al infractor ha establecido la espada<sup>16</sup>. Por otra parte, si este precepto y esta recomendación no existiesen, el demonio se erigiría en un asesino de los hombres de tal manera que ni una hora de nuestra vida podríamos estar seguros. Esto es lo que sucede cuando Dios se irrita y castiga al mundo desobediente e ingrato.

Tercero. Confieso y lamento mi malicia y la del mundo. Porque no es que seamos sólo horriblemente ingratos hacia este amor y cuidado paternales, es que -lo más vergonzoso- ignoramos este mandamiento y esta enseñanza e, incluso, no tenemos interés alguno en aprenderlos, los despreciamos como si no fuesen con nosotros y nos importasen un comino. Seguimos tan tranquilos nuestro camino sin advertir que, al quebrantar este mandamiento, estamos despreciando al prójimo, le dejamos en la estacada, le perseguimos, le ofendemos, le matamos en nuestro corazón cuando seguimos los impulsos de nuestra cólera, de nuestro furor, de toda clase de maldades, creyendo que con ello estamos obrando a la perfección. Este es, en realidad, el momento de lamentarnos y de recriminarnos a nosotros mismos, tunantes malignos, personas ciegas, malévolas, salvajes, que, cual fieras enfurecidas, nos pisoteamos, corneamos, arañamos, desgarramos, mordemos, devoramos los unos a los otros, sin reparar en la gravedad de este precepto de Dios, etc.

Cuarto. Pido al Padre se digne enseñarnos este mandamiento y ayudarnos a cumplirlo y a vivir conforme a sus exigencias. Que nos defienda del demonio, maestro de asesinos y de todo mal<sup>17</sup>; que nos conceda la gracia de que todo el mundo (y nosotros con los demás) se muestre amable, agradable, bien dispuesto entre sí; que las personas se perdonen de corazón unas a otras;

---

<sup>15</sup> Eclo 9, 21.

<sup>16</sup> Rom 13, 4.

<sup>17</sup> Jn 8, 44.

que cada uno soporte cristiana y fraternalmente las faltas e imperfecciones de los demás, para que vivan en paz y unidad verdaderas, tal como nos lo enseña y exige este mandamiento.

6. El *sexto mandamiento*: «No cometerás adulterio».

Con esto aprendo, en primer lugar, lo que Dios me ha prescrito y espera de mí. Es decir: que debo llevar una vida casta, disciplinada y moderada en pensamientos, palabras y obras, y que no debo atentar contra el honor de las mujeres, de las hijas y de las criadas. Al contrario: tengo la precisión de cooperar a salvaguardar, a defender y hacer cuanto esté en mi mano y contribuya a la conservación de su honor y de su virtud. También estoy obligado a cerrar el pico a los murmuradores que manchan y roban la fama. A todo esto estoy obligado y Dios quiere que así sea. No sólo se me manda que deje intactos a la mujer de mi prójimo y a sus deudos; tengo además la obligación de cooperar a que su virtud y su honor estén garantizados, de la misma forma que me gustaría lo hiciera mi prójimo conmigo y cumplierse este mandamiento por lo que a mí se refiere.

Segundo. Agradezco al Padre bueno y leal esta gracia, este beneficio de haber tomado bajo su protección y amparo en virtud de este mandamiento a mi esposa, mi hijo, mi criado, mujer, hija, criada, y haber prohibido con tan estrecho rigor que se atente contra su honor. Porque me ha dado un salvoconducto seguro, vela por su cumplimiento y, aunque tenga que mediar él mismo, no deja impune al que lo quebrante. Nadie puede burlarle; el culpable tendrá que pagarlo aquí abajo o apagar su deseo impuro en el fuego eterno. Dios ama la pureza y no perdonará el adulterio; a diario podemos ver que la cólera divina agarra a fin de cuentas a los impenitentes, a los malvados, y permite su vergonzosa perdición. De otra forma resultaría imposible garantizar por un momento la decencia y el honor de la mujer, del hijo, de los suyos contra el diablo impuro. El comercio sexual sería sencillamente como el de los perros y conduciría a la bestialidad, como de hecho sucede cuando Dios, encolerizado, retira su mano y permite que todo se vaya a pique.

Tercero. Confieso y reconozco mi pecado y el del mundo entero, por haber atentado durante mi vida contra este mandamiento con pensamientos, palabras y obras. No solamente he sido ingrato con esta enseñanza hermosa y este don; me he dedicado también a murmurar de lleno contra Dios por haber preceptuado esta pureza y esta castidad y por no haber permitido el libre curso y la impunidad a todas las posibles impurezas y maldades. He despreciado el estado matrimonial, me he burlado de él, he mantenido que estaba condenado, etc. No obstante, los pecados cometidos contra este mandamiento son los más llamativos y los que se notan con más claridad. No se anda con tapujos ni disimulo de ninguna clase. Me pesa, etc.

Cuarto. Ruego que Dios me conceda a mí y a todo el mundo la gracia de observar fervorosamente este mandamiento con caridad, para que, además de vivir en castidad nosotros, estemos dispuestos a ayudar y aconsejar a los demás para que hagan lo mismo.

De esta forma continúo con los demás mandamientos, si tengo tiempo y mi ánimo está dispuesto. Porque, como he dicho, no quiero que nadie se esclavice a estas palabras y reflexiones mías; lo que intento es ofrecer un ejemplo con lo que yo hago. Puede seguirlo quien guste o puede perfeccionarlo; puede comprender todos los mandamientos de una vez, o sólo algunos, según le plazca, pues el alma, si ha dado con algo que la atraiga, sea bueno o malo, puede pensar en un momento fugaz mucho más de lo que la lengua pueda expresar en diez horas o la pluma escribir en diez días. Que de tan estupenda movilidad, agudeza y capacidad está dotado lo que al alma o al espíritu se refiere. Por este motivo, podrá meditar estos cuatro aspectos de cada uno de los mandamientos en un instante, si así le place y lo cree conveniente.

7. El *séptimo mandamiento*: «No robarás».

Primero. Se me enseña que no debo apropiarme de los bienes de mi prójimo ni retenerlos contra su voluntad, ni privada ni públicamente. Que no tengo que actuar de manera informal y desleal en lo relativo al comercio, al servicio y al trabajo, para no ganar mi fortuna cual ladrón, sino que debo alimentarme con el sudor de mi frente y comer mi pan honradamente. Es más: tengo la precisión de poner por mi parte cuanto pueda para que los demás, al igual que yo, no adquieran sus bienes por estos medios antedichos. Se me enseña también aquí que Dios, al prohibir que se me robe, me asegura y defiende mis bienes con su paternal providencia y su mandato riguroso. En caso de que este mandamiento se quebrante, ha prescrito el castigo correspondiente, y para eso ha confiado al verdugo la soga y la horca; y si no se llegara a esto, será él mismo quien se tome la justicia, de forma que el transgresor acabará sus días como un mendigo. Este es el significado de los refranes usuales: «De joven ladrón, de viejo mendigo», «Lo mal adquirido no es de provecho» y «Mal ganado, peor disipado».

Segundo. Le agradezco su fidelidad y su bondad por haberme dado a mí y a todo el mundo una doctrina tan excelente, su protección y su amparo. Porque, sin su protección, no quedaría en nuestra casa ni una blanca ni un mendrugo de pan.

Tercero. Confieso todos mis pecados y mi ingratitud, si es que he perjudicado a alguien, si he tratado con los demás de forma sinuosa y poco honrada en mi vida, etcétera.

Cuarto. Pido a Dios nos conceda su gracia, para que tanto yo como todos los demás sigamos aprendiendo y meditando este mandamiento suyo; que sepamos enmendarnos, para que el hurto, el robo, la usura, el fraude, las transacciones injustas disminuyan y se les ponga pronto fin por el juicio final, por el que están clamando con ansiedad todos los suspiros de los santos y de las criaturas. Amén<sup>18</sup>.

8. El *octavo mandamiento*: «No levantarás falso testimonio, etc.».

Primero. Nos enseña que tenemos que ser sinceros los unos con los otros, evitar toda suerte de mentiras y calumnias, y decir y escuchar de buen grado lo bueno de los demás. Con esto se nos ha construido una muralla y una protección contra las lenguas falsas y los labios malvados que puedan afectar nuestro buen nombre y nuestra reputación; no dejará Dios impunes a quienes lo quebranten, como queda dicho acerca de los anteriores mandamientos.

Segundo. Tenemos que agradecerle tanto la doctrina como la protección que tan graciosamente nos concede.

Tercero. Debemos confesar y pedir perdón por haber transcurrido nuestra vida de forma tan ingrata, pecadora y en tratos con los murmuradores falsos que atentaron contra nuestro prójimo. Estamos obligados a asegurar su fama y su inocencia, como desearíamos lo hiciesen con nosotros.

Cuarto. Pidamos ayuda para, en adelante, observar este mandamiento, para que nos conceda una lengua bienintencionada, etc.

9. *Noveno y décimo mandamientos*: «No codiciarás la casa de tu prójimo», «ni su mujer», etc.

Primero. Se nos enseña con ello que, bajo ningún título colorado, tenemos derecho a sonsacar, enajenar ni arrebatar los bienes y pertenencias de nuestro prójimo. Por el contrario,

---

<sup>18</sup> Rom 8, 19 ss.

estamos precisados a ayudarlo a que pueda mantenerlos, como nos agradaría sucediese con nosotros. También constituyen estos mandamientos una garantía contra las argucias y estratagemas de las gentes avezadas a estas maniobras mundanas; gentes que, al fin, tendrán que recibir su castigo.

Segundo. Debemos dar gracias por todo ello.

Tercero. Confesar nuestro pecado con arrepentimiento y contrición.

Cuarto. Pedir ayuda y fortaleza para ser piadosos y observar este mandamiento de Dios.

He aquí los diez mandamientos desarrollados bajo cuatro aspectos: como libritos de doctrina, de acción de gracias, de confesión y de petición. A base de ellos el corazón podrá concentrarse y enfervorizarse en la oración. Pero cuida de no tomar todo o demasiado de un golpe para no cansar al espíritu. Es más: una oración, para ser buena, no debe ser larga ni demasiado distanciada, sino repetida y ardiente. Bastará con que medites un punto o la mitad, con lo que podrás encender una hoguera en tu interior. Ahora bien, es el Espíritu quien lo otorga y lo seguirá enseñando en el corazón, pero sólo si éste sintoniza con la palabra de Dios y se vacía de ocupaciones y pensamientos ajenos.

No diré nada aquí acerca del credo y de la Escritura, porque sería cosa de nunca acabar; el que esté ejercitado puede muy bien tomar un día los diez mandamientos, otro un Salmo o un capítulo de la Escritura, que sea como el pedernal que encienda el fuego en su corazón.