

de un color moreno y oscuro, no admite jamás sino el color negro para los exteriores.

No quiere que nos despojemos de la sotana sino para ir á la cama. Ni deja que nunca se la levante sobre la rodilla, y desea se la mantenga firme de tal modo que no aparezca nada de lo interior; en lo que previene se sea fiel áun en presencia de familiares y domésticos.

Ella no aprueba los cabellos largos, frisados y empolvados, y jamás dispensa de llevar la corona abierta.

Ella suprime todos los adornos superfluos, y no se acomoda con esas modas nuevas, que mostrando mucho aire de mundo no convienen á nuestra profesion.

Per immoderatum cultum caveant dehonestare religionis dignitatem. (Conc. Aquisgran. c. CXXIX).

Si ella condena los excesos de la delicadeza, desea sí que los hábitos no sean sucios, rasgados é impropios.

Ne aut studiosius exquisita cultus elegantia, aut nimis abjecta negligentia et affectata, sordes apareant. (Mediol.).

En fin, ella no se separa nunca de esta regla que nos dan los Santos: *Totus clericalis vestitus ostentationem, luxum, et quidquid novum, inane, exquisitum, sumptuosum est, nesciat.* (Synod. Nucerin. an. 1606).

Examinemos si nosotros hemos observado estas reglas.

TERCER PUNTO.

Dios mio, pues que la modestia no se hace conocer menos por los hábitos que por las costumbres: *Non minus ex honesto habitu, quam ex honestis moribus ostenditur* (Synod. Veron.), yo formo designio de vestirme en adelante de una manera muy modesta, para no ser del número de los clérigos que, por el desarreglo de sus hábitos, deshonran la Religion, y se exponen ellos mismos á la burla de los pueblos. *Dehonestant Religionis dignitatem, et cadunt sub illusionis plebis.* (Synod. Matic.).

OCTAVO EXÁMEN.

De la modestia en el andar.

PRIMER PUNTO.

Admiremos la grande modestia que san Francisco mostraba en su manera de andar. Brillaba de tal modo en él esta virtud, y daba tanta gracia á todos sus pasos, que ellos venian á servir como de otras tantas predicaciones edificantes; y se cuenta en la historia de su vida que no tenia más que marchar por las calles para llevar el mundo á Dios y retraer á los pecadores de sus extravíos. Rindamos nuestros homenajes á nuestro Señor, modelo, manantial y principio de toda modestia.

SEGUNDO PUNTO.

Para caminar segun las reglas de modestia que los Santos nos han dado:

1. Es necesario abstenerse de hacerlo demasiado violentamente, y con más fuerte razon de correr, á menos que esto se haga para evitar algun peligro ú otro motivo legítimo.

Nec cursim ambulare honestum arbitror, nisi cum causa exegerit alicujus periculi, vel justa necessitas. (S. Ambr. l. *Offi.* xviii).

Segun esta regla cuando se trate de subir ó bajar escaleras es necesario que no se haga uno ú otro en más de una grada á la vez.

In incessu sive domi, sive foris, gravitatem et modestiam præseferant. Non contentius ambulent. (Act. Eccl. Mediol.).

2. Se debe ser tan fiel en no andar demasiado apresuradamente, que cuando haya obligacion de ponerse en un lugar, se quiera mejor diferir algun tanto la llegada que violentarse en la partida; y que antes se escoja sufrir alguna incomodidad ó confusion y ser sospechoso de pereza que parecer desarreglado en su marcha.

Honestas requirit ut non impetuosis gressibus ambulent. (S. Bonav.).

3. A la modestia pertenece no caminar demasiado lentamente, arrastrando los piés ó no levantándolos sino con pereza, con pa-

so lerdo y pesado; pero tampoco debe hacerse con mucha agilidad, que parezca no se toca la tierra sino con la punta ó extremo de los piés; lo que san Jerónimo estima no convenir á los eclesiásticos.

Ne plantas humidior via spargat, via terre imprimunt vestigia: hos magis sponso existimo quam Clericos. (S. Hieron. *Ep. ad Eust.*).

Es además un gran defecto, dice san Buenaventura, marchar con afectacion, como por resorte y por máquina; yendo á pasos contados, estudiados, graves al exceso, con aire lleno de fausto y de una manera que no es propia sino para el teatro.

Non affectatis gressibus ambulent: sine modulatione gressuum incedant: studium desit atque affectatio. (S. Bonav., S. Bernar.).

4. Al andar es preciso evitar todas esas agitaciones de cabeza y movimientos de manos, de brazos, de espaldas y de cuerpo que los Santos condenan, y que, en su sentir, podrian hacernos sospechosos de orgullo, de ligereza, ó de hipocresía: *Que omnia aut levitatem redolent, aut elationem ostendant, aut hypocrisim sapiunt.* (S. Bonav. l. *Specul.* c. ix).

Sine ventilatione brachiorum, sine gesticulatione scapularum, non recta cervice, non prominente pectore, non inclinato capite. (S. Bernar.).

Por último, es necesario reglar de tal

modo nuestra manera de andar, sea que nos encontremos en la ciudad ó en la casa, delante del mundo ó en particular, sea que se nos vea ó no, que siempre sea honesto y que nunca se resienta la santidad de nuestro estado. *Sit in incessu honestas. Nihil petulantie, nihil arrogantie in incessu appareat.* (S. Isidor. Hisp.).

TERCER PUNTO.

Era menester, oh Dios mio, que fuera muy rara y extraordinaria la modestia en andar de la santísima Virgen, pues que Vos la mirábais con complacencia y parece que de esta modestia hablábais con admiracion: *Quam pulchri sunt gressus tui, filia principis!* Que yo evite, oh Dios mio, todos los defectos que se encuentran en mis pasos, á fin de que no sea del número de aquellos á quienes reprueba un profeta: *Non est iudicium in gressibus eorum.*

NOVENO EXÁMEN.

De la modestia que los eclesiásticos deben guardar yendo en la ciudad.

PRIMER PUNTO.

Adoremos á nuestro Señor andando por las calles de Jerusalem y por las otras ciudades que honró El con su presencia. ¡Qué admirablemente regladas eran sus

miradas, sus palabras; sus pasos, sus gestos, su continente y todo su exterior; qué digno objeto era El entonces para su Padre de complacencia, y de edificacion para los hombres! Entremos nosotros en los deberes que con este motivo le rendian los Angeles y las personas que tenian la dicha de observarle.

SEGUNDO PUNTO.

Examinemos cuál ha sido nuestra modestia encontrándonos en la ciudad y andando en las calles.

¿Hemos andado sin manteo, *vestis utraque interior et exterior in civitate talaris esse debet* (Conc. Aquens. 1585; Aquileiens.); y si le hemos llevado, no ha sido de una manera indecente?

¿No nos hemos presentado algunas veces sin sotana y en hábito corto, ó contentándonos con una sotanilla, que los cánones no permiten llevar en el lugar de la residencia?

Ne clericus ullus sacro ordine initiatus sine tunica talari per vias et plateas deambulet. (Conc. Mexic. l. 3, tit. 5).

Omnes in loco residentie veste talari utantur. (Synod. Claremont.).

¿No hemos andado muy velozmente? Y por evitar la lluvia, el lodo ú otra cualquiera incomodidad ligera, ¿no hemos corrido, mostrando así alguna indecencia ó ligereza?

¿No hemos hablado muy alto y reído con estrépito, sin tener en cuenta lo que Dios nos dice por su Profeta: *Ecce servus meus, non clamabit nec audietur vox ejus foris.* (Isai. XLII).

¿No hemos retozado y jugado algunas veces por una alegría ó buen humor indiscreto, más propio de un niño ó de un escolar que de un eclesiástico?

¿No hemos manifestado una vista inmortalizada, mirando indistintamente á los carros y á las tiendas, á los mostradores y ventanas, poniendo los ojos sobre todos los objetos que á ellos se presentan, y áun entreteniéndonos alguna vez en las esquinas de las calles para leer todo género de carteles?

Noli circumspicere in vicis civitatis. (Eccles.).

Cuando hemos encontrado los enmascarados, los charlatanes, los farsantes y otras gentes de esta especie, ¿hemos desviado la vista continuando nuestro camino sin mirarles?

A mimis spectandis absteineant. (Conc. Biturico. an. 1583).

Clerici nunquam choreas vel quid aliud ludicrum ex his que ab histrionibus exhibentur, spectent. (Burdig. an 1583).

Finalmente, ¿no hemos aspirado á pasar ó por ventura detenídonos en los lugares donde no se trata sino de llenar el espíritu

y el corazón de vanidades del siglo: *Ad inanissimas quippe vanitates consecrati semel Deo non debent oculos retorquere* (Ex S. Max. serm.); en los paseos, en las plazas públicas, en los lugares donde se encuentran las grandes asambleas del mundo, y en donde por consecuencia se puede decir con los Santos, de ordinario no se encuentra Jesucristo: *Christus enim non est circumforatiens, non in foro, non in plateis reperitur.* (S. Ambr. lib. 3, de *Virgin.*).

TERCER PUNTO.

Dios mio, yo sé de cuánta importancia es para vuestra gloria, para la edificación del prójimo y para mi propia perfección, guardar una grande modestia yendo en la ciudad y andando por las calles. Es de Vos solo, Señor, que espero esta gracia, *Domini est dirigere gressus.* Os la demando de todo corazón, para que yo pueda llenar esta obligación que tienen los eclesiásticos: *Talem se foris exhibere, ut omnibus se intuentibus formam disciplinæ et verecundiæ ac modestiæ infundant.* (Conc. Valent. III).

DÉCIMO EXÁMEN.

De la modestia en la iglesia.

PRIMER PUNTO.

Adoremos á nuestro Señor en el celo que manifiesta contra los que por sus irreverencias é inmodestias profanaban el templo y deshonoraban la casa de su Padre. El les reprende enérgicamente siendo la dulzura misma, derriba las mesas, les arroja á golpes de látigo, y no obstante este templo no era sino una débil imágen y una figura grosera de nuestras iglesias. Bien nos enseña esta conducta el respeto y la modestia que debemos tener nosotros en estos santos lugares.

SEGUNDO PUNTO.

Examinemos si nosotros hemos seguido las reglas que la modestia quiere que se observen en la iglesia.

Ella demanda que se parezca en ella en hábito decente, es decir, en sobrepelliz, ó al menos en manteo largo, cuando hay alguna razon para no vestir el sobrepelliz.

In Ecclesia, quo tempore superpelliceum induere non debent, ne sint sine toga exteriori. (Conc. Mediol. IV, de Vit. et hon. Cler.).

Ella nos prescribe no entrar en la iglesia jamás sino con respeto y con un exte-

rior lleno de religion por la Majestad divina que allí habita.

Sit ad Ecclesiam humilis et devotus ingressus. (Conc. Rom.).

Quiere que en ella se mantenga la cabeza descubierta, con una santa gravedad, y que si se viene á pasar delante del santísimo Sacramento, nunca se omita la genuflexion con ambas rodillas.

Prohibe hablar en ella sin una gran necesidad, y cuando la haya, sea en voz baja y pocas palabras; y desea se observe este silencio áun en la sacristía, que debe mirarse como parte de la iglesia.

Deambulationes et colloquia in ecclesiis omni tempore interdicti omnes intelligant. (Conc. Burdig. 1583).

In sacristia ipsa silentium servetur accurate. (Conc. Aguens.).

Ella no sufre que se haga de la iglesia un lugar de paseo y de divertimento, y que no se pase por ella solamente para abreviar el camino.

Ella quiere que allí se tenga tanto recato y tanta regla en las miradas, en el continente y en la postura, que todo respire piedad, y se sienta la devocion que debe mostrarse en la casa de Dios, sin gestos ni notables movimientos del cuerpo.

Reprehensibile est ibi vagis circumspicere oculis. (S. Bonav.)

Dum eo in loco estis, non pigri, non som-

nolenti, non oscitantes adestote, non vagis oculis, non indecenti corporis statu. (Conc. Mediol. tit. *Monit.*).

Cuando se está en Oficios, en tiempos de grandes calores, ella no permite descubrirse quitándose el bonete para buscarse comodidad, ni se enjague el rostro con el sobrepelliz.

Tampoco quiere que en tiempo de invierno se levante la capa de coro hasta la boca para evitar el frío.

Ella no ve sino con pena que no se pueda sufrir la menor incomodidad, ni áun la picadura de una mosca, sin hacer algun movimiento indecente y sin dar alguna señal de impaciencia.

Ella impone abstenerse y no parecer con guantes ó manguito cuando se está con sobrepelliz.

Chirothecas non ferant cum superpelliceo. (Synod. Nucerin. 1606).

Ella juzga muy malo llevar sobrepelliz sucio ó roto, y lo mismo conceptúa de otro vestimento sagrado; y cree que estima muy poco su estado y religion el que permite en sí esta indecencia.

Superpelliceis utantur quæ non lacera sint, non sordida. (C. Mediol.).

Ella no puede ver sin disgusto que no se haga alguna violencia para impedir en el lugar santo la risa y el sueño.

En una palabra, ella quiere que todo

nuestro exterior predique la santidad del lugar, á fin de que á nuestro ejemplo los pueblos puedan entrar en los sentimientos de piedad y de religion hácia Dios, y guardar el respeto que ellos deben tener en los templos.

TERCER PUNTO.

Dios mio, dadme parte del santo temor y gran respeto que los Santos han tenido á los templos. La mayor parte no entraban en ellos sino temblando, y san Martin, todo embargado de temor, decia: «Los Angeles no asisten allí sino temblando, *tremunt Angeli*; ¿no es justo, pues, que los pecadores teman? Que yo tiemble, pues, de respeto, oh mi Dios, y que jamás me falte esta circunspeccion, esta modestia y temor que nos está marcado precisamente por estas divinas palabras: *Pavete ad sanctuarium meum.*

UNDÉCIMO EXÁMEN.

I. — De la modestia en el refectorio.

PRIMER PUNTO.

Adoremos á nuestro Señor tomando su alimento, sea en Nazaret con la santísima Virgen y san José, sea en otra parte con sus discipulos ó con los extraños. ¡Qué reglado era El en esta circunstancia! Le era

ciertamente una grande humillacion beber y comer. Mas como sabia que esta accion nos debia ser peligrosa, nos amaba mucho para no darnos en esto un modelo, y para no merecer por la modestia que practicaba en esta accion la gracia de aprovecharnos de su ejemplo. Reconozcamos por todo género de homenaje este exceso de bondad.

SEGUNDO PUNTO.

Las reglas de la modestia que los eclesiásticos deben observar en el refectorio, quieren que despues de haber hecho la oracion á Dios y demandádole que bendiga nuestros alimentos, cada uno tome su lugar, segun el rango que le es marcado, para no turbar el órden de la comunidad con ceremonias afectadas.

Antequam comedas, invoca nomen sanctissimæ Trinitatis. (S. Bonav.). *In mensa loco sibi assignato assideant.* (Act. Eccl. Mediol.).

Cuando se está colocado á la mesa, no desplegue su servilleta antes que la persona que es más considerable. (*Act. Eccl. Mediol.*).

Que antes de comenzar á comer se empleen algunos momentos en elevar el corazon á Dios para ofrecerle esta accion, y para renunciar totalmente al placer que la carne en ella podria tomar. *Aliqua mora intemperantiam confitentis.* (Clem. Alex. *Pædag.*).

Que no se tengan los brazos, y mucho menos los codos apoyados sobre la mesa, y que guarde de encorbarse demasiado ó extenderse de una manera muelle y negligente.

Comedentes se non appodient super mensam, vel accubitando, vel alio quocumque modo inordinate se gerant. (S. Bonaven.).

Que no pasee la vista sobre las porciones que se traen para escoger la mejor; que no se mire tampoco á la extension de las mesas para examinar lo que en ellas se sirve.

Non circumspicias quid sit in mensa delicatius. (S. Bonaven.).

Que no se vuelva la cabeza á uno y otro lado, para remarcar á los que se encuentran en el refectorio, ni á los que entran ó salen; más que se contente con observar si falta algo á su vecino para advertirlo dulcemente á los que sirven.

In mensa, non sint oculi tui girocagi. (S. Bonaven.).

Que en él se guarde un silencio riguroso, no hablando jamás sin una gran necesidad, y que cuando esto sea necesario, se haga en voz baja ó solamente por señas.

Loqui seu mussitare ad mensam, ubi silentium est servandum, turpe vitium est. (S. Bonav. *Specul.* p. 1, c. vi).

In mensa nulli loquaris, nisi necessitate coactus. (S. Bonav.).

Que se coma pausadamente y como los Santos nos lo enseñan.

Non tamquam feras cibum avidè arripientes. (Clem. Alex.).

Non prius cibum ori ministros quam, alio sumpto, fueris expeditus. (S. Bonav. *Specul. Descrip.* c. XXI).

Que al beber no se mire á persona alguna; sino que se tengan los ojos bajos.

Ad æquales haustus (seu potationes) alios non provocent. (Conc. Lateran. IV).

Decentia detrahit, qui ori nondum expedito à cibo potum ingerit. (S. Bonav. *Specul.* 1, c. XXI).

Finalmente, la modestia eclesiástica quiere que se eviten en el comer ciertos defectos, que los que viven con regla no se dispensan nunca: sonarse las narices con estrépito, ó escupir á vista de los demás; romper los huesos para comer la médula, y todo lo demás, en una palabra, que no permite ni áun la misma decencia del mundo la menos severa.

Examinemos si nosotros hemos sido fieles en observar estas reglas de modestia.

TERCER PUNTO.

Dios mio, que nos destinais á tener una misma mesa con Vos en el cielo, ¡qué dichosos seríamos si pudiéramos hacernos dignos de esta gracia por la exactitud en evitar las inmodestias en nuestras comidas! Dadnos, oh mi Dios, un sincero deseo de corresponder fielmente á vuestros de-

signios. No permitais que la mesa y el refectorio nos sean una ocasion de pecado, y que seamos de aquellos á quienes se enderezan estas terribles palabras de la Escritura: *Fiat mensa eorum coram ipsis in laqueum et in captionem et in scandalum.* (Psalm. LXVIII, 23).

DUODÉCIMO EXÁMEN.

II.— De la modestia en el refectorio.

PRIMER PUNTO.

Adoremos á nuestro Señor haciendo el más grande de sus milagros al tiempo de comer. Es en el Cenáculo, y estando á la mesa que cambia el pan en su Cuerpo y el vino en su preciosa Sangre. Admiremos esta conducta, por la cual El parece haber querido santificar nuestras mesas y nuestros refectorios; y haciéndonos recordar en nuestras mesas su memoria y cómo se nos dió El mismo por alimento, obligarnos á estar en ellas con todo el respeto y toda la modestia que habríamos tenido si hubiésemos estado en el Cenáculo.

SEGUNDO PUNTO.

Hé aquí todavía algunas reglas que quiere la modestia guarden los eclesiásticos de comunidad en los tiempos de sus comidas.

Cuando se sirve algun manjar que no es de nuestro gusto, ella no sufre que se rehusé, ni se manifieste disgusto de tomarlo. *Nullum omnino repudies cibum.* (S. Bonav. *Specul.*).

Cuando se sirve el pan ó la sopa, ella exige que se observe lo que recomienda san Buenaventura, á saber: Que no se tome lo más gustoso y lo mejor. *Quod in pane sapidius vel melius viderit ipse sibi non accipiat.* — *Panem inordinate frangendo, circuncidendo, vel mica tenuis excurtando deformans.*

Ella no permite molestar con el codo ó con el pié á su vecino, ni sonreirse los unos con los otros, ni hacer señal alguna con los ojos ó la cabeza.

Ella no puede ver sino con pena todo género de inmundicia en la mesa, ni que se deje caer sobre el mantel alguna cosa que pueda ensuciarlo, ni que se emplee la servilleta en enjugar el rostro, ni para frotar los dientes.

Munditiam debet ad mensam super quam comeditur, observare.

Fædum et vile est mappas et manutergia dentium fricatione fædare. (S. Bonavent. *Regul.*).

Ella no aprueba que se arrojen al suelo las migajas que queden al fin de la comida, y desea que se las recoja cuidadosamente, á ejemplo de muchos Santos, y por

respeto á las palabras de nuestro Señor: *Colligite fragmenta, ne pereant.* (Joan. vi).

In fine micas diligenter collige, quia dixit Dominus: Colligite, etc. (S. Bonav. *Reg. c. v*).

Si sucede que el lector se equivoque ó falte en alguna cosa, ella impide que se le reprenda y que se le dé á conocer por alguna señal que se ha notado su falta.

Errante in mensa lectore, non submissitet aut circumspiciat, quasi eum defectus legentis non lateat. (S. Bonav. *Specul. p. 1, c. v*).

Non risu, vel motu capitis, oculorum circumlustratione, labiorum compressione.

Cuando alguno sirve á la mesa, ella quiere que muestre en esto mucha humildad y dulzura, y sobre todo una caridad vigilante, que no tenga ni mucha lentitud ni demasiado apresuramiento. *Miscerosa et provida charitas.* (S. Bonavent.).

Por último, ella demanda que cada uno sea reglado en el refectorio, que nada se note en su postura, en su gesto ni en su exterior que ofenda ó se resienta la presencia de Dios. *Et justi epulentur in conspectu Dei.* (Psalm. LXVII).

TERCER PUNTO.

Dios mio, ¡qué instruccion tan bella de la modestia que debemos guardar en nuestros refectorios, es la conducta de los prime-

ros cristianos que vivian en comunidad y que miraban los suyos como templos! Haced, oh Dios mio, que para portarnos en ellos segun vuestros deseos, abracemos de buena voluntad el aviso que nos da san Crisóstomo, de no perder de vista durante nuestra comida y tener los ojos continuamente fijos sobre vuestro Hijo comiendo con sus Apóstoles: *In facie prandeatur Auctoris... Epulis vestris Christus inter sit.* (S. Chrysost. *Hom. xvi in Matth.*).

EXÁMEN.

De las conferencias y de las pláticas espirituales.

PRIMER PUNTO.

Adoremos á nuestro Señor Jesucristo platicando con sus Apóstoles sobre las grandes máximas del Evangelio, é instruyéndoles en la ciencia de la salvacion. ¡Con qué atencion y con qué silencio escucharían á este adorable Maestro! ¡Qué respeto mostrarían á todo lo que les decia! ¡Con qué pureza de corazon y con qué ansia recibirían ellos su divina palabra! ¡Cuán dichosos seríamos nosotros de tomar parte en sus disposiciones y en sus gracias, cuando esta misma palabra nos es anunciada en las pláticas y en las conferencias!

SEGUNDO PUNTO.

Examinemos de qué manera y con qué disposiciones asistimos nosotros á las conferencias y á las pláticas espirituales.

¿Hemos tenido cuidado de mostrarnos en ellas con toda la asiduidad y diligencia, que exige la santa ansia que se debe tener de escuchar la palabra de Dios?

¿Hemos llevado á ellas todo el amor, toda la estimacion y toda la pureza que son necesarias para que nos sean provechosas; y nos hemos entregado al Espíritu Santo, sin el cual esta divina semilla no puede germinar en nuestras almas ni producir frutos de vida en ellas?

¿Hemos escuchado al que nos habla en ellas con el mismo respeto y la misma atencion con que escucharíamos á nuestro Señor á quien representa? ¿Y hemos excitado nuestra fe para recibir como la palabra de Dios las verdades que nos dice de su parte?

Con esta mira, ¿hemos renunciado á nuestros sentidos, no poniendo atencion ni á su tono de voz, ni á su gesto, ni á su manera de expresarse, ni á todo lo que pudiera repugnarnos en su exterior é impedirnos aprovechar sus instrucciones?

¿No es por fijarnos mucho en su exterior, que nos resentimos con frecuencia de disgusto, tedio, modorra é impaciencia, lo