sacarás otro provecho de esta tu impertinente curiosidad, que una fuerte xaqueca, como la que yo padecí por la misma comezon de saber lo que no mportaba. Te ruego (como lo hace el Autor en el Error segundo) que ante todas cosas leas los versitos de *Fedro*, que van puestos á la vuelta de la portada. Por si no entendieras el latín tuvo el cuidado de ponerte la traduccion en lengua vulgar. Agradécele esta fineza. En quanto á la Ortografía se ha procurado seguir la de la Real Academia Española.

EXPLICIT PRÓLOGUS.

ERRORES DEL ENTENDIMIENTO HUMANO.

ERRORES ACERCA DE LA SALUD.

ERROR PRIMERO.

Enfermarse por cuidarse mucho.

I. LA buena salud consiste en la harmonía de las partes sólidas de nuestro cuerpo y de los liquidos; ó por mejor decir, en la robustéz y en la tranquilidad. Quando el hombre está fuerte y alegre, enton-

ces está sano; y todo lo que á esto se opone lo hace enfermo.

II. Es observacion constante que los hombres que mas trabajan son, por lo comun, los mas sanos, y lo son tambien aquellos que no observan otra ley que la de la naturaleza, dexándose de métodos fastidiosos, y de continuas medicinas y ungüentos, que solo sirven para los enfermos, y que casi nunca se deben usar por precaucion. (*)

III. Yo creo que la Sociedad civil, entre tantos bienes morales y entre tantos placeres, de que la somos deudores, nos trae tambien varios males fisi-

(*) *Sanus homo, qui & benè valet, & suæ spontis est, nullis obligare se légibus* (Medicinæ) *debet, ac nec Médico neque aliptá egère*, escribió *Celso*. De Re Med. lib. 1. cap. 1.

cos, sujetándonos á algunas enfermedades, de que estan exceptuados, por lo comun, los que viven en el campo.

IV. Pero quien quisiese persuadir á los hombres que vayan á habitar en las selvas para vivir sanos, encontraría pocos que lo escuchasen; pues los mas estan preocupados de las continuas y lisonjeras delicias de la vida civil. Las multiplicadas relaciones, y el actual deleyte de la esperanza, que nos acompaña siempre, son los argumentos contrarios é insuperables para convencer á aquel Filósofo solitario, (*) que desearía fuésemos á poblar los bosques y las montañas.

V. Por tanto, solo pretendo descubrir un abuso, que puede

(*) Juan Jacobo Rousseau.

quitarse aún estando en la Sociedad civil. Este abuso es cuidar uno demasiado la propia salud. El regalo, el luxô y la ociosidad nos hacen los miembros de cera y de vidrio. (*)

VI. El Sol hace daño, pero solo á quien lo huye; y nada hace á un gañan acostumbrado á estar en el campo baxo el azote de sus rayos. *Celso* alaba mas el caminar al Sol que á la sombra. Se huye el viento porque nos incomoda y aporréa los miembros; y con todo no hace daño á los harrieros, ni á los labradores, si ha mucho tiempo que lo sufren. Huimos de la lluvia, porque nos causa resfrio; pero los ya dichos no

(*) Dixolo tambien *Celso*: *Ignavia corpus hebetat, labor firmat: illa maturam senectutem; hic longam adolescentiam reddit.* Ibid.

se resfrian aunque caigan sobre ellos mil aguaceros. Luego que hemos sudado mucho nos mudamos camisa porque no nos dé un catarro; y lo cierto es, que el catarro no le da á quien nunca se muda despues de haber sudado: antes bien el catarro dá mas facilmente á los que usan mayores diligencias para libertarse de todas las intempéries del ayre.

VII. Estos que de todo temen, creerian morirse si por la mañana, á poco rato de levantados, saliesen al ayre con la cabeza descubierta. Es cierto que una mutacion instantanea en los poros de la cutis, es muy nociva, como aseguran los buenos Físicos; pero no experimentan esta mutacion los que lo hacen todas las mañanas. Esta es la receta que tienen mu-

chos para no resfriarse nunca.

VIII. Los baños de agua fria estan hoy muy acreditados en la mayor parte de la culta Europa, y segun oigo, tambien en la Capital de nuestra América, á persuasion de los Señores *Virgili*, *Moreno*, y otros excelentes Profesores. Ellos fueron de moda entre muchos pueblos cultos; y principalmente en la antigua Roma. La buena medicina experimental los prescribe como utilísimos para conservar la salud, y como necesarios en muchas enfermedades: pero despues de todo nos parecería morir si nos entrasen en una tina de agua fria, y por nuestra demasiada delicadeza desacreditamos el uso de una cosa tan importante, pareciéndonos mal solo porque nos incomoda; y no nos incomodara tanto si no fue-

se por el demasiado cuidado que tenemos de nosotros mismos.

IX. Yo querría se me respondiese á este argumento de comparacion. Los que tienen tanto cuidado de que no les dé el ayre, y que apenas levantados se encasquetan una montera, ó tres birretes; y que ó estan siempre, por decirlo así, herméticamente cerrados dentro de sus recámaras, ó si salen fuera es muy embozados y llenos de *mascadas* y pañuelos: finalmente, estos que no saben lo que es frio, ¿no se resfrian acaso nunca? Yo los he conocido siempre por la gente mas resfriada del mundo; y por el contrario, á los que no tienen, ó no quieren usar todas estas comodidades, y sufren la variacion de las estaciones, raras veces los he visto resfriados. Pasemos adelante.

X. *Celso* nos ha dicho muchos siglos hace: *Nullum cibi genus fúgere quo pópulus utatur.* ¿Pues por que no se ha de comer de toda suerte de alimentos de que usa la gente vulgar? Nuestros estómagos delicados, dicen algunos, no pueden sufrir muchos de estos alimentos, porque unos son muy duros, y otros nos repugnan. Pocos son los alimentos insuperables á la digestion. Es cierto que tal vez puede no agradar alguna especie de comida, como nos sucede con algun olor y con otras varias cosas; pero por lo mismo se ha de esperar que esta fuerte aversion nos avise para dexar solo esta especie de manjar que nos sería dañoso; y no fingir repugnancias que en realidad no hay.

XI. El hombre sabio debe

comer de todas las cosas que le agradan y á las que no siente especial repugnancia, y de aquellas especialmente que produce su país; pero siempre menos de lo que pueda digerir. Esta es la gran regla para vivir sano, prolongar la vida, y recobrar la salud si se ha perdido. (*)

XII. Por último, ¿quién está mas sano, el que come de todo, ó aquella Dama que hace mil ascos aún á las cosas mas inocentes? ¿Quien goza mas de los bienes de la vida, esta Da-

(*) El Dr. Bartolache, uno de los mas distinguidos talentos que ilustran nuestra América, á quien tengo la fortuna de venerar, sin haber logrado aún la de conocerlo, publicó en su *Mercurio Volante* los Discursos del Cavallero *Cornaro*, sobre la vida sóbria. Pero aunque lluevan *Cornaros*, los glotones no experimentarán jamas los beneficios de la dieta.

ma melindrosa, á quien todo le falta porque no la falta nada, ó una pobre Ranchera, á quien falta poco porque con poco se contenta? Aquella está siempre pálida, histérica y *convulsionaria*; ésta colorada, fuerte y alegre.

XIII. Desengañémonos, y calle la ociosidad y el regalo. Nos queremos enfermar adrede por cuidar demasiado de nuestra salud. Si estuviésemos ciertos de habitar siempre baxo un mismo cielo, en una misma estacion, en medio de las mismas comodidades, se podrian sufrir estos hombres *Comodinos*; ¡pero á quantas mutaciones está expuesta la vida humana! Quizá tiene el hombre mas revoluciones que la Esfera.

XIV. No pretendo con lo dicho que los que estan acostum-

brados por muchísimos años á estas comodidades, enemigas de la vida, deban pasar repentinamente á no hacer ya caso de nada. Poco á poco han de ir cediendo los abusos; y no será malo que se quiten los mas perniciosos.

XV. Yo hablo principalmente para los jóvenes, y aún mas para los niños, que se pueden educar á nuestro modo. Sus tiernecitas fibras se doblan facilmente, y son capaces de qualquiera mutacion. Si los padres y las madres aman de veras á sus hijos, y los quieren sanos y robustos, háganlos sufrir moderadamente las injurias de las estaciones. Es cosa muy rara que entre las comodidades y el demasiado regalo se formen los Héroes y los Filosofos. Pero esta tan importante materia me-

rece que la tratemos despues separadamente. Digamos otro poco sobre los alimentos.

XVI. Es cierto que para conservarse sano y prolongar la vida, no importa tanto al hombre el uso de ciertos manjares, quanto la abstinencia de ciertos otros, preparados con tanto artificio, ó por mejor decir, envenenados por los cocineros y cocineras; sabiéndose muy bien que la frugalidad y la templanza son los dos mejores específicos para alexar de nosotros aquella gran multitud de enfermedades que tienen tan afligida á la miserable humanidad.

XVII. El Ente Supremo, por un efecto de su infinita Sabiduría, ha hecho crecer abundantemente en todos los países, segun sus climas, aquellos alimentos que son mas propios

para nutrir á sus habitadores. Así en las tierras calientes abunda la tierra de vegetables y de las demas exquisitas frutas que refrescan, que se comen crudas, y que pueden con sus diversas propiedades naturales corregir mucho la disposicion alcálina, que en tales países contrahen facilmente los humores del cuerpo humano. Por el contrario, los lugares frios, en que la tierra no suministra tantas riquezas, estan copiosamente proveidos de varias especies de animales y semillas, que para comerse piden ser preparadas por la accion del fuego.

XVIII. Es una pretension ridícula la de aquellos que quieren nos alimentemos solamente de vegetables. La naturaleza nos ha dado, como á los animales carnívoros, algunos dien-

tes caninos, que sirven para lacerar las carnes; siendo así que en los animales que solo comen hierbas, no se advierten dientes de esta especie. Por otra parte se observa que el xugo de los animales nos resarce mas presto las fuerzas, que el xugo de los vegetables; y aún hay opinion que los animales que se comen á otros animales vivos, como por exemplo, los pescados, todos los aquátiles y los volátiles que se alimentan de insectos, tengan un xugo mas sustancioso, y que mas presto se une con el nuestro. ¿No hay acaso bastante razon para creer que las sustancias ya animales suministren xugos mas análogos á los nuestros; xugos ya preparados que escusan un trabajo tal vez muy laborioso á nuestras entrañas? Hagamos alguna

otra observacion sobre los alimentos.

XIX. La naturaleza prepara á los niños la leche de sus madres. Esta leche es una sustancia, ni del todo animal, ni enteramente vegetal.

XX. Se observa que los pueblos, como por exemplo los de *Circasia*, que se alimentan casi enteramente de lacticinios, son todos altos, fuertes, robustos y de larga vida, y que sus mugeres tienen la prenda de una rara hermosura; de lo que se conoce la grande utilidad que trae consigo el uso de semejantes alimentos: y yo diria, que si pudiera conseguirse una especie de manjar que, semejante á la leche, no fuese enteramente animal, ni del todo vegetal, sería éste el mejor nutrimento. No andemos, pues, peleando

sobre que no se mezclen diversos manjares en la comida (no hablo con los viejos, enfermos y convalecientes); porque este es el modo mas propio de formar un xugo análogo á la leche, que es el mejor de todos los xugos, con tal que sea reciente, y no cocida. (*) Cómanse, pues, sin miedo diversos manjares, pero poca cantidad de cada uno; y acerca de la eleccion me parece deba seguirse el gusto, y que se consulte tambien al olfato; porque lo que es desagradable á este sentido, raras veces aprovecha al estómago; y al contrario. Pero de todo esto volveremos á hablar

(*) La leche hervida, ó que no es reciente, ha perdido ya mucho de su qualidad balsámica, por la evaporacion que ha sufrido.

en otra parte. Baste lo dicho para los que por querer cuidarse mucho no quieren mezclar ni comer varias cosas, que podrian serles muy saludables.

XXI. Si las Damas de hoy dia leyeran esta Obrita, que desde luego no tendran tiempo ni lugar para ello, se encareceria la leche. Basta que las *Circasianas* la usen, y que este uso contribuya a su hermosura. Hasta el vestido Circasiano es hoy la gran moda en nuestras Damas Americanas. Una palabrita sobre la bebida, que ya esto va largo.

XXII. De todas las bebidas, principalmente en nuestra América, la mejor es el agua. Ella es el diluente por excelencia. Los Chîmicos la llaman *vino católico*; y algunos Filósofos y Alchîmistas la creen el alma de

la naturaleza: y en efecto exercita en ella funciones muy importantes. El *Pulque* bueno tiene mil excelencias, usado, como todas las cosas, con moderacion, y sin composturas artificiosas que lo alteran.

ERROR SEGUNDO.

Perder la salud por vestir y andar á la moda.

I. EL vestirse ha sido establecido por la Naturaleza, y en parte por la Sociedad. La Naturaleza ha mostrado lo necesario, la Sociedad lo decente y lo superfluo. En un clima frio acaso la Naturaleza habrá enseñado á calentar los miembros con pieles, y á defenderlos de las violentas injurias de las estaciones. Y en la Sociedad la decencia, y despues de ella el luxo han aumentado los vestidos.

II. Pero no es el fin de la Naturaleza ni de la Sociedad, el

que por vestir de tal y tal modo se haya de perder la salud. Y con todo, el traer uno encima muchos vestidos, y la variedad de los ambientes causan muchas enfermedades á los hombres. Para traer bien puestos estos vestidos necesitamos mas de diez ligaduras.

III. La peluca se ata y se aprieta fuertemente para que asiente bien. Por sacarse los colores á la cara se aprieta el pañuelo ó el corbatín, de modo que casi quiere sufocar á los que hacen profesion de belleza. Nos atormentamos los pulsos para que los puños de la camisa esten fixos en un lugar. Los calzones nos aprietan las rodillas; y para que las medias se conserven bien tirantes sobre la pierna, las detenemos con una fuerte ligadura, con la que afli-

gimos los músculos, y tal vez nos cortamos el pellejo y se nos hacen llagas. Ponemos el pie en la estrechisima prision de un zapato bien apretado, para gemir perpetuamente á cada paso en un tropezon, ó con los callos, producidos las mas veces de esta ridícula vanidad; y las hebillas, que por moda han de estar siempre mirando hácia los dos polos del mundo, es preciso que esten muy apretadas, para atormentarnos mas los pies.

IV. Entre tanto, es necesario confesar que debemos un gran servicio á la gran moda, con el uso de los calzones *Bombachos* (término que no conocieron nuestros Abuelos); porque á lo menos no nos aprietan por tantas partes, como los que antes se usaban, untados sobre el pellejo, y los que me dicen se

usan ahora *á la Chartre.* ¡Pobres cabezas, sin un adarme de juicio para conocer las modas que son dañosas á la salud! Pero ya otros modistas dexaron los calzones bombachos, y muchos de ellos no traen calzones, sino enaguas. ¡Qué bien dixo Horacio! (*) *Dum vitant stulti vitia, in contraria currunt.*

V. ¿Y qué diremos del bello sexô, que pretende corregir la naturaleza, desfigurándose por tantos modos? Quieren las mugeres (no hablo de todas, ni de ninguna en particular: léanse los versitos de Fedro para dispensarme en lo venidero de tan largos paréntesis). Pretenden, digo, las mugeres formarse un bello talle con la estrechísima armadura de las cotillas.

(*) Lib. 1. Sat. 11. v. 24.

¡Pero quantos abortos, quantos partos dificiles, y quantas otras enfermedades son, y han sido los funestos efectos de esta moda! Entre las mugeres mas celebradas de hermosas son unas las Asiaticas de la Geórgia, y no impiden ó modifican con el arte la natural vegetacion de sus miembros. Las Chinas por el contrario, se aprietan tanto los pies desde niñas, para hacerlos chicos, que no pueden ni andar descansadamente, ni estar mucho en pie. Pero de las cotillas hablarémos despues separadamente, por ser materia mas importante de lo que se piensa.

VI. Los sabios Anatómicos saben muy bien quantas enfermedades pueden originarse de estas irracionales ligaduras. Seriamos mas disculpables si no

se hubiese aún descubierto la circulacion de la sangre.

VII. Los hombres son mejor organizados y mas fuertes en los países donde se usa el vestido libre y suelto. Los Romanos no usaron nunca nuestras incómodas ligaduras. Regla general. Los vestidos no deben oprimir parte alguna del cuerpo. Por poco que la moda se alexe de esta sabia ley de libertad, debe luego abandonarse; pues no ha de ser ella mas poderosa que la Naturaleza.

VIII. Hoy es de moda entre las personas de mediana decencia traer el cabello bien peynado y bien empolvorado. No se tiene por hombre de gusto el que no necesita todos los dias de peluquero; y muchos se ven precisados por lo mismo á seguir esta moda, aún conociendo su

notable incomodidad. Así como los menos sabios quieren tal vez imitar á los sabios, así éstos se hallan en la precision de imitar alguna vez á aquellos. Lo que hemos dicho en este párrafo comprehende tambien á nuestras Damas.

IX. Esta invencion trae consigo que en el invierno, con el frio mas agudo y con los vientos mas penetrantes, se trae la cabeza al ayre por no echar á perder el peynado. No sería malo andar con la cabeza descubierta; pero ver las cabezas desnudas y lo demas del cuerpo tan arropado, cierto que movería á risa aún al mas sério. Ni sería menos ridículo para un Filósofo del Asia ver de dia las cabezas desnudas y expuestas al ambiente mas frio de las calles, y de noche cubiertas con

uno ó dos gorros, ya metidos dentro de casa.

X. Si hay necesidad de andar tan arropado: luego hace frio; y si lo hace es fuerza que se sienta en la cabeza, que es la parte mas descubierta: luego es necesario, ó resguardar ésta del frio, ó no hacer tanto caso de él en lo demas del cuerpo.

XI. El imperio de la gran moda está diariamente expuesto á mil revoluciones. El hombre sabio debe entrar en las modas que sean útiles y cómodas á la vida humana: es racional, y no es un mono. Estos imitan quanto ven, sea bueno ó malo: el Sabio debe imitar solamente lo bueno, util y cómodo. Hay modas útiles; pero las hay tambien inutilisimas, y lo que mas importa, perjudiciales á la salud.

XII. Unas veces está desterrado el sombrero baxo el brazo, para ensuciarlo con el sudor y manchar los vestidos; y no haya miedo que con él se cubra la cabeza aún en los mayores frios; y otras está clavado con un villano clavo sobre la cabeza, y no se quita ni aún en los calores mas rigurosos, aunque el hombre esté manando en sudor.

XIII. Acaso será lo mejor el acostumbrarse á tener cubierta ó descubierta la cabeza, segun la costumbre de cada lugar. Pero, si es que puede darse una máxîma general perteneciente á la salud, la freqüente experiencia demuestra (segun dicen muchos Viageros) ser mas soñolientos, y de entendimiento menos claro los Asiáticos bárbaros, que han tenido siempre

muy cubierta y faxada la cabeza, que no los que usan tenerla desnuda. Y aún entre nosotros advertimos, que los de perpetua montera, sea blanca ó negra, y los de sombrero perpetuo, se resfrian mas facilmente, andan con continuas xaquecas, y ocupados solamente, ó en huir del ayre, ó en quexarse de él. (*)

XIV. ¿Pero adonde dexo la barbarie de querer desfigurarnos luego que nacemos, y dexarnos contrahechos de por vida? Nos aseguran buenos Autores, que los defectuosos y

(*) Los pueblos que poco ó nada se cubren la cabeza, tienen el cráneo mas duro. Puede leerse sobre esto la observacion de Herodoto, hecha en el campo de batalla de los Egipcios y Persianos, y referida en la Orthopedia del Señor Andry.

contrahechos son menos en los países donde no faxan á los niños. Los perros, los gatos, y los demas animales tienen naturalmente sus miembros sanos y bien dispuestos, sin necesitar de faxas. Muchos Sabios han reprehendido esta mala costumbre, introducida acaso por la comodidad de las Madres, ó *Chichiguas*. (Nos valemos de este termino por mas usado que el de Amas de leche.) Las razones que hay en contrario son incontrastables y claras; pero se sigue, como antes, faxando á los niños.

XV. No me parece salir de mi asunto poniéndome de intento á combatir un error tan pernicioso á la salud, y haciendo palpar, por decirlo así, una verdad de tanta importancia; aunque inutil y superflua para

quien tenga cerrados los oidos á la razon. Quiero, pues, referir separadamente uno de los mas importantes artículos contra el uso de las faxas, sacado de un moderno Filósofo, que por su bella Disertacion logró el premio de la Sociedad de las Ciencias de Olanda. (*) ¿Por qué no hemos de creer que hará algun fruto?

(*) *Dissertation sur l' Education physique des Enfans, par M. Ballexserd, Ouvrage qui á remporté le Prix le 21. Mai 1762. á la Societé Hollandoise des Sciences.* De esta Disertacion hemos sacado la mayor parte de éste y del siguiente artículo, y hemos hecho uso de ella en otras partes de esta Obrita.

ERROR TERCERO.

Faxar á los niños de pecho.

I. GRande es el peligro que hay en fiar à personas ignorantes ó floxas, la atencion que piden los niños recien nacidos; pero es mucho mayor por el abuso de las faxas en que apresuradamente los envuelven.

II. El célebre Señor *de Buffon* pinta al vivo muchos de los descuidos que observamos todos los dias. Algunas Chichiguas, dice este sabio Filósofo, abandonan los niños por horas enteras, sin pensar en ellos absolutamente. Otras son tan crueles que no se mueven á sus ge-

midos; y así aquellos desventurados inocentes estan en una especie de desesperacion: hacen los mayores esfuerzos que pueden, levantan el grito, que dura quanto sus fuerzas; y finalmente por estos excesos se enferman, ó por lo menos quedan cansados y abatidos, por lo que se desconcierta su temperamento, y puede este desconcierto influir tambien algo sobre su carácter.

III. Pero prescindiendo de estas juiciosas reflexas, y hablando solamente de las faxas, sostengo desde luego, siguiendo las huellas del mismo Señor *de Buffon*, y de otros muchos Literatos y Médicos, que el uso de ellas debe juzgarse por todos lados pernicioso; puesto que si puede conseguirse, como facilmente se consigue, defender

al niño sin faxa del rigor del frio, no sé yo encontrar en su uso, sino una multitud de inconvenientes.

IV. Primeramente la faxa, supuesto que se envuelva como se debe (lo que no puede jamas esperarse de una chichigua ordinaria), molesta mucho al niño, privándolo de la facultad de moverse; siendo así que para crecer, y para que se fortalezcan sus pequeñitos miembros, es cosa muy necesaria que pueda él libremente usar de ellos. A mas de que si las piernas, los pies, las rodillas estan apretadas (como infaliblemente sucederá las mas veces), en otra direccion diversa de la que deben tener, se desconcertará entonces su proporcion y su simetría; y no teniendo estas partes su natural estension ad-

quiriran ciertas deformidades, que no habrian tenido si se hubiese dexado á la Naturaleza la libertad de adelantar por sí misma, y dirigir su obra sin fuerza y sin violencia.

V. La faxa inquieta, irrita, calienta demasiado al niño, y le causa con su compresion una especie de dolor. Por esto los esfuerzos que él hará para libertarse seran mucho mas nocivos para la conformacion de las partes de su cuerpo, que aún las malas posturas en que dexándolo libre podria él ponerse; aunque no concibo cómo un niño de tan tierna edad, el qual, por la inaccion de los sentidos, duerme la mayor parte del dia y de la noche; que solamente lo despierta el hambre, ó la molestia de la faxa, pueda hacer movimientos capaces de

desfigurar sus miembros. Es mucho mas facil concebir que el movimiento forzado que él se dará entre las faxas para desatarse aquellas odiosas ligaduras, lo hará prorrumpir en gemidos y gritos, que pueden causarle alguna rotura, impedirle la digestion, y alterar mucho la constitucion de su temperamento.

VI. El uso libre de sus miembros es provechosísimo al niño para exercitar sus pequeñas fuerzas. Con que no conviene impedir con la oposicion de la faxa aquellos movimientos que pide la Naturaleza, para que se haga aquel ténue exercicio, tan necesario para fortalecer aquel cuerpecito.

VII. Si al niño se le oprime el pecho entre las faxas, se disminuirá su diámetro; y siendo mas angosto será por consiguien-

te menos bello, y (lo que mas importa) menos fuerte; puesto que una ligadura apretada y puesta en partes capaces de impresion y de aumento, como son los ligamentos, los cartilagines, y los huesos de un niño á pocos dias de nacido, puede causar graves desconciertos en la economía animal. Los buenos Médicos han reflexado que los embarazos de las entrañas, las obstrucciones de las glándulas, la turgencia de vasos, son las mas veces las tristes conseqüencias de aquella violenta compresion, que rempuja los humores nutritivos, destinados á la vegetacion de algunas partes, haciéndolos volver atras, hácia otras, que ya estaban bien embebidos de ellos. Añadese á esto la experiencia de tantos pechos débiles, de tantos estómagos lánguidos; porque los vasos que distribuyen los licores en estas entrañas, quedan privados de su tono, por haber sido muy comprimidos.

VIII. Por tanto, el pecho de un niño no debe jamas padecer compresion, para que así tengan su movimiento los pulmones, y puedan estenderse por todas partes para hacerlo respirar mas facilmente; y tanto mas facil y provechosa será la respiracion, quanto fuere mayor la estension del pecho. No conviene, pues, apretar con la faxa aquellos huesos tan blandos, para que su interior capacidad no venga á disminuirse por esta opresion, y á aumentar en el mismo tiempo el número de las causas por que se enferman los niños.

IX. El estómago ha de estar

tambien libre como el pecho; de lo contrario no podrá contener aquella dosis de alimentos necesaria para la nutricion y para el aumento del cuerpo. Y no hay duda que apretado el estómago con las ligaduras de una faxa, se hará imperfectísimamente la digestion: y si el hígado, que á proporcion es mucho mas grueso en el niño que en el adulto, está comprimido de la misma suerte, oprimirá el fondo del estómago, y producirá en él convulsiones y vómitos, que desconcertarán la salud del niño por todo el resto de su vida.

X. ¿Quantas veces se advierte llorar un niño estando faxado, y si le quitan la faxa para mudarle pañales sosegarse al punto, y dar muestras de alegria? Puede suceder que los ex-

crementos que habia arrojado lo incomodasen y contribuyesen mucho á su inquietud; pero puesto que él llora quando está faxado, aún quando no está puerco ni tiene hambre, es preciso que sus gritos signifiquen entonces otra cosa. Si lo desfaxan, aunque tenga hambre, demuestra algunas veces, con sus movimientos de alegria, que mas deseaba la libertad que el pecho; lo que mayormente se conoce quando despues de haberle dado su alimento buelven á faxarlo, porque torna, como antes, á quexarse: y la maravilla es, que sea la gente, ó tan estúpida que no lo entienda, ó tan cruel y desapiadada que no quiera tener compasion de él.

XI. Pero aún concedido (lo que no creo) que el niño no

grite sino quando se ha ensuciado, esta puntualmente es otra razon para abolir el uso de las faxas, por el mucho cuidado y el mucho tiempo que se requieren para quitárselas. Porque (pregunto) ¿una Madre que ha rehusado criar á su hijo, puede esperar justamente que hallará una Chichigua que tenga tanto cuidado, tanta diligencia, tanta atencion y tanto sufrimiento como se requiere para repetir tan freqüentemente, como es necesario, este molesto, enfadoso, pero importante oficio de estar limpiando á la criatura? Y antes bien, ¿no es mas verisimil que si el niño se empuerca quedará así por mucho tiempo entre la corrupcion y hediondéz, y que no quedaría si no estuviese faxado; pues entonces, con poquisimo fastidio,

podría limpiarse luego que se sintiese quexar?

XII. Yo juzgo que es cosa muy dificil faxar bien á un niño, y creo tambien que el faxarlo perfectísimamente es una cosa, por lo menos, inutil; pero que no haciéndose con la mayor prolixidad y acierto, será tan dañosa para el niño, que lo hará contrahecho, le hará padecer mucho al estómago, le ofenderá el pecho notablemente, y sentirá despues por toda la vida los funestos efectos de una faxa mal puesta, que le acortarán sin duda los dias de su carrera.

XIII. Solo en un caso debe permitirse el uso de las faxas, y este es quando los pies ó las piernas del niño exîgiesen una postura forzada, para poder enderezarlas, advirtiéndose en ellas

algun defecto de conformacion; y aún en este caso sería necesaria una mano maestra para mantener únicamente las partes deformes en la direccion que naturalmente deben tener; porque si el niño, que no dexa de moverse, las hace mudar de sitio, y queda faxado en una tan mala postura, hay gran peligro, que aquellas tiernas y delicadas partes, estando así comprimidas, en vez de enderezarse no se deformen mas: inconveniente que muchas veces resulta al faxarlos, como ordinariamente los faxan.

XIV. Pero si es un error grosero el que hemos combatido hasta ahora, no lo es menos el de no querer las Madres criar á sus propios hijos, sino entregarlos á las Chichiguas. Como de este error pueden provenir

á las Madres gravísimas enfermedades, no creo apartarme del asunto, si lo coloco aquí entre los pertenecientes á la salud. Oxalá lean las Madres este Librito, y abran sus oidos á la razon.

ERROR QUARTO.

Perder la salud y la hermosura por querer conservarlas.

I. ESto sucede por lo comun, á las Madres que fian la prenda mas preciosa á una chichigua, que las mas veces no conocen, y á quien no fiarían diez pesos. Pierden la salud y la hermosura, oponiéndose á la intencion de la Sábia Naturaleza. ¿Por qué se asomará la leche á los pechos, que son las partes mas sobresalientes del cuerpo, sino es para mostrarse á la Madre, y para hacerse conocer mas facilmente del hijo?

II. ¡Qué vergonzoso espectáculo es el ver á una Madre ne-

gar á su hijo la propia sustancia, y esforzarse con peligro suyo á derramarla indignamente en otra parte! ¿Será, acaso, ver por su salud el exponerse una muger á las funestas y perniciosas conseqüencias de una leche, que retrocede para adentro, por no destilarla, segun su curso natural en la boca de aquel, que tiene derecho á exîgirla, y que con el movimiento de los labios demuestra la necesidad que de ella tiene? ¿Querrá prepararse á nuevos y peligrosos partos?

III. Si tanto siente el perder la viveza del semblante, debería poner todo cuidado en defenderla de los achaques de una larga convalecencia, de los sudores forzados, y de otros mil accidentes que la sobrevendrán por no haber dado el pecho á

su criatura; y que son capaces de hacer eclipsar en breve tiempo la hermosura que tanto aprecia. ¿Pues como no deberé yo aconsejarla que crie á sus hijos, aunque no sea por otra razon, sino ésta, de mantenerse fresca y de buen color? Todas las mugeres de la Geórgia (segun refieren los Viageros) crian á sus hijos, y hasta la edad de quarenta años conservan su atractiva belleza, como si estuvieran en lo mas florido de su primavera. ¿Pues por qué una muger ha de andar mendigando del arte á caro precio los sucios afeites con que quiere detener una hermosura, que ya se le escapa para no bolver jamás; y no ha de hacer caso del verdadero medio, que la Naturaleza la presenta para conservar fresca su belleza por muchos

años, procurándose al mismo tiempo uno de los mas tiernos placeres, que pueda probar una Madre?

IV. No es, pues, ésta, como algunas mugeres se imaginan, una pena rigurosa, á que se les quiere condenar sin mérito; antes bien, es una justicia que se las representa á favor de la humanidad, por el util de su propia salud, y por la conservacion de aquella misma hermosura, que tanto estiman.

V. Muchas enfermedades evitaría sin duda la Madre con la práctica de criar á los hijos, (*)

(*) Observa el célebre *Morton*, Médico Inglés, que algunas mugeres próximas á hacerse *Ptísicas*, segun lo flacas y consumidas que estaban, se preservaron de tan peligrosa enfermedad, sin otro remedio que el de criar á sus hijos.

y el niño acostumbrado desde el primer punto de su exîstencia á aquel nutrimento, que le ha conservado la vida, y que lo ha hecho crecer, encontraria, desde luego, en aquella analogía, mayor conformidad con sus tiernecitos órganos, de la que hallará despues en otro alimento, para él enteramente nuevo, y que tal vez le daña tanto, que no puede su delicada máquina digerirlo sin un grave esfuerzo, que perturba su harmonía, y alguna vez la descompone del todo. Pero quiero hablar ahora derechamente con las Madres.

VI. Si las pasiones de una desconocida, y acaso viciosa chichigua, la qual os ofrece su socorro por manos de la miseria, se pueden transfundir por la leche en el niño que os está

criando, ¡quanto por vuestra culpa, bárbaras Madres, quanto se arriesga en fiar á esta desconocida una prenda tan preciosa!

VII. Pero demos que no suceda así, ¿quien os asegura que la chichigua no tiene infestada la sangre, y que vuestro hijo no mamará un humor viciado, que viniendo de un orígen impuro, dañará aquella plantita delicada, y la corromperá hasta las rayces? Y quando ni aun esto suceda ¿puede saberse acaso, si el licor de sus pechos tendrá aquel justo grado de preparacion, conveniente á los delicados órganos del niño?

VIII. ¡O quan culpables os reconoceriais vosotras mismas, Madres crueles, si aquel tiernecito hijo vuestro pudiese hablar, y deciros: ¡Como! ¡Con que así me abandonais entre

agenos brazos! De mala gana me habeis sufrido en vuestro vientre; puesto que apenas veo la luz, quando ya me apartais de vuestros pechos! ¡Como podré despues llamar con el dulce nombre de Madre, á la que me priva de aquel tesoro, de quien el Autor de la naturaleza la hizo depositaria para mi bien! No, no merece este nombre la que cierra los oidos, y el corazon á las voces de la naturaleza. Mirad aquella gata, que en vuestra presencia da de mamar con tanto gusto á sus gatitos, y que los cuida atentamente para que no se les acerque alguna mano estraña y atrevida. Ved aquella perrita, siempre solícita, privarse mas bien de comer, que arriesgar un solo momento á qualquier temeraria mano el fruto de sus amo-

res. Observad, por último, os diría, á la Leona y á la Tygre dexar en los bosques toda su ferocidad, y abrir tiernamente sus entrañas á las bestiecillas que salieron de sus cuerpos. ¿Con que las fieras mas sañudas se sugetan á esta obligacion, y vosotras, mugeres vanas y desapiadadas, con tanta inhumanidad pretendeis libertaros de ella?

IX. Pero si alguna Madre, convencida de la razon (como deberian estarlo todas) se determina por último á criar ella misma á su hijo, la sale luego al encuentro una turba de necios é ignorantes, que con mil disparates bien hablados, procura apartarla de tan gloriosa empresa, queriendo hacerla ver que no tiene fuerzas para tanto trabajo: como si una muger,

que resiste á una penosa preñéz, no pudiese sufrir el cuidadoso deleyte de criar al objeto de sus cariños. Y si no obstante los capciosos sofismas de estos habladores, queda aún en esta piadosa Dama tanto valor y tanta constancia para persistir en su laudable empresa; vencido el Marido de la fuerza de la preocupacion, baxo el especioso pretexto de amor, de ternura y de estimacion, se hará á la vanda de los contrarios para oponerse con toda su fuerza á la utilidad de su muger y de sus hijos; y si fuesen necesarios algunos Médicos para reforzar su partido, no dexará, con arte, y con fingidas y exâgeradas relaciones de atraerlos á la liga. ¡Qué maravilla es, por tanto, que á tan grandes obstáculos no se encuentren muchas

Damas capaces de resistir con fuerza! Pues ¿qué remedio? Abrir los ojos, dexarse persuadir de la razon, oir la voz de la Naturaleza, y no la de los aduladores é ignorantes. En los casos de duda consúltese á los Médicos Sabios, imparciales, y amantes de decir la verdad sin rodeos, y sin una reprehensible condescendencia. Por nuestra dicha no faltan de estos en las mas partes de nuestra América: el caso es conocerlos.