

da gravedad. 5º En el vestido evitando toda indecencia y descompostura, y naciendo esto de la modestia interior y con recto fin. Sean ejemplares de nuestra modestia Nuestro Señor Jesucristo y su Madre Santísima.

ADVERTENCIAS AL DIRECTOR SOBRE LO QUE ANTECEDE.

1ª Procure la modestia de los ojos en todos sus penitentes especialmente en los jóvenes y doncellas, disponiéndoles que no fijen la vista en el rostro de persona alguna.

2ª Si su penitente atiende á la perfección, procure el Director quitarle otras inmodestias y ligerezas que se cometen frecuentemente en el hablar, reír; andar, y en el trato con los otros.

3ª Insista mucho más que los Sacerdotes, Religiosos y Monjas atiendan á la modestia de los ojos en su porte y acciones exteriores.

4ª Al que desea alcanzar la modestia désele por medio el examen particular, tomando un defecto cada vez hasta desarraigarlo, primero la vista, luego la lengua, etc.

5ª Acerca del vestir de las mujeres que quieren profesar vida espiritual, procure el Director tenerlas cuanto fuere posible lejos de la vanidad, que vistan según su estado lo más bajo y humilde que puedan.

CAPITULO XXII

*Impedimentos que traen á la perfección el sentido del oído y el del olfato si no se guardan.*

**D**el buen ó mal uso del oído toma principio la salud ó la perdición del hombre, y de su buena ó mala guarda depende en mucho en las personas espirituales su perfección ó atraso; y así evítense las malas conversaciones, especialmente las murmuraciones, húyase de tratar con los que están acostumbrados á censurar las acciones del prójimo, y cuando se lleguen á oír por casualidad, evítense toda señal de gusto y complacencia y venciendo todo respeto humano, repréndase al de lengua mordaz y adviértasele lo que hace; pero si un justo y debido respeto se lo prohíbe entonces diviértase el discurso á otra cosa, si esto no surtiere efecto bájense los ojos y compóngase con seriedad el rostro.

El sentido del olfato puede ser dañoso al espíritu si se busca su deleite con olores y perfumes, siendo manifiesto que todo deleite sensible procurado por el solo motivo de complacer los sentidos es ilícito, y así el hombre espiritual no sólo no debe dar placer al olfato sino mortífi-quelos con olores desapacibles, ó al menos sufra con voluntad su molestia cuando así lo exijan la necesidad ó la caridad.

ADVERTENCIAS AL DIRECTOR SOBRE LO ANTECEDENTE.

1ª Procure el Director que sus penitentes, *turpia verba non inteligant, cantica mundi ignorant*, evitando no solamente las conversaciones malas sino también las peligrosas.

2ª A los escrupulosos que sufren al oír murmuraciones, adviértaseles que si éstas las promueve quien es superior á ellos, no están obligados á la corrección manifiesta y ni aun les será lícito las más veces; y por lo mismo aconsejeseles que se pongan serios cuando no se pueda de otro modo impedir la murmuración. Puede defenderse al murmurado, mas sólo cuando se espere buen éxito. Si el murmurador es igual y el penitente no juzga oportuno amonestarlo, divierta la conversación á otro asunto; mas si es inferior, como hijo, súbdito, etc., hay obligación de corregirlo así por oficio como por caridad.

3ª Advierta el Director á sus penitentes que no oigan ni den crédito á ciertas murmuraciones que tienen apariencia de piedad, pero que en realidad son las peores.

4ª A las personas que se ocupan seriamente en su aprovechamiento, procure el Director que en sus juntas y conversaciones traten cosas espirituales, evitando empero comunicarse entre sí las instrucciones de sus confesores y las gracias que recibieren en la oración, ni tampoco las virtudes que practican. Evítese esto especialmente en las mujeres.

CAPITULO XXIII

*Impedimentos que causa á la perfección la lengua y medios para refrenarla.*

**E**nfrenar la lengua es sumamente difícil, pues dice Santiago: *Linguam autem nullus hominum domare potest*. Los medios para refrenarla son los siguientes: 1º Pedírselo incesantemente á Dios N. Señor.

2º Hacer de nuestra parte muchos y firmes propósitos de tener á raya la lengua, ponderando frecuentemente los males que causa su desenfreno.

3º El silencio que consiste en la debida moderación en el hablar; especialmente á los jóvenes encárgueseles y muy particularmente á las doncellas. Todas las personas espirituales procuren algún retiro proporcionado á su estado, en el que observen mayor ó menor silencio, pues dice el Espíritu Santo: *In multiloquio non deerit peccatum*. Mas los Religiosos especialmente observen en el hablar: la materia, el lugar, el tiempo y el modo.

ADVERTENCIAS AL DIRECTOR SOBRE LO QUE ANTECEDE.

1ª Acerca de la libertad de la lengua tenga particularmente puesta la mira el Director con las mujeres que son tan fáciles en el hablar.

2ª Observe cuál es el defecto de lengua en que más frecuentemente cae su penitente, é impóngale que aplique á él algún punto de

su meditación diaria ó reflexione al menos con seriedad sobre él y pida á Dios su enmienda; si con todo esto subsiste el defecto impóngale penitencias acomodadas á su estado y condición.

3ª Exija con rigor de los Religiosos y Monjas el silencio que les prescribe su regla ó constituciones. Mas en cuanto á las personas seculares es menester acomodarse á su estado y empleo. Hablando generalmente, impóngaseles á todos los seculares, en algún tiempo del día, el retiro y silencio necesarios para hacer atentamente sus oraciones vocales y meditaciones, según el espíritu y calidad de cada uno.

#### CAPITULO XXIV

*Del impedimento que traen á la perfección las pasiones cuando están inmortificadas y desarregladas*

**E**l mayor impedimento de la perfección proviene de las pasiones desarregladas é inmortificadas; la razón es porque consistiendo la perfección en la caridad para con Dios y para con el prójimo, lo que más se le opondrá es sin duda lo que más impide á la perfección. No hay cosa que haga más guerra á la caridad que las pasiones inmortificadas; además nada hay que impida tanto el ejercicio de las virtudes morales, como el desarreglo de las pasiones y como los vicios que de ellas nacen.

Mas aunque las pasiones se pueden mortificar no se pueden extinguir, de manera que nunca vuelvan á levantarse; y el modo de mortificarlas es resistirlas ó contradecirlas á sus primeros movimientos con actos contrarios, fuertes y generosos.

En la mortificación de las pasiones guárdense las reglas siguientes: 1ª Comiencese á combatir con todas las fuerzas, fundándose en el auxilio de Dios, la pasión que más nos domina hasta que vencida ésta se pueda seguir con las otras. 2ª Para alcanzar victoria de las pasiones con la mortificación, se han de reprimir al punto que nacen, pues dejándolas crecer cobrarán vigor y será muy difícil vencerlas. A su primer asomo levántese la mente á Jesucristo, haciéndose violencia á fin de vencerlas por su amor, que este es el modo más eficaz y santo de mortificarlas. 3ª Considérese que la vida es una continua batalla; y así no deben dejarse las armas de la mano: *Millitia est vita hominis super terram.* 4ª El modo fácil, suave y de más duración para resistir las pasiones, es mudar su materia y objeto: antes se ocupaban en objetos bajos y viles de la tierra, ocúpense ahora en los objetos elevados y santos del cielo, y así no sólo no nos dañarán sino que servirán de instrumento á nuestra perfección; mas para alcanzar este cambio es necesario ejercitarse mucho en la meditación de las cosas celestiales, lección espiritual, oración frecuente en la presencia de Dios, y prácticas devotas. Por lo demás preten-

der vencer las pasiones sólo con ir contra ellas sin darles otro objeto, es cosa muy violenta y que no puede durar mucho.

ADVERTENCIAS SOBRE LO QUE ANTECEDE.

1ª Todos los ejercicios de devoción para que sean más provechosos y conduzcan á la perfección, diríjense á mortificar las pasiones, porque ellos son medios remotos de la perfección y la mortificación de las pasiones, medio próximo; y así si el penitente está muy inclinado á oraciones ó penitencias exorbitantes, señálesele alguna medida y dígasele que supla lo demás con la mortificación interior. 2ª Si el penitente es fervoroso ayúdesele con la mortificación interior, y sobre, todo quebrántesele muchas veces la voluntad; mas tales mortificaciones proporciónense á las fuerzas espirituales del penitente.

3ª No se contente el Director con que el penitente vaya contra los apetitos ilícitos, sino procure que se motifique aun en lo lícito, pero no nesario.

CAPITULO XXV.

*Impedimentos que trae á la perfección el amor á las riquezas.*

**E**l apego á las riquezas hace una guerra cruel á la caridad y á las demás virtudes, por la gran

fatiga y solicitud en juntarlas, por el temor de perderlas y por el dolor que se tiene cuando se pierden; y si este amor es exorbitante no sólo es contrario á la perfección sino también á la salud eterna.

El remedio contra los impedimentos que nacen del amor á las riquezas, es un total despego de afecto hacia ellas, el cual se conoce que existe, cuando al perderlas no se turba la quietud y hay resignación con la voluntad de Dios. En caso contrario hay afecto perjudicial. Pero sobre todo, la privación de la hacienda ó del dinero, no sólo es señal para conocer el despego que uno tiene de ellas, sino también remedio, quizá el más poderoso, para apartar semejante apego y principalmente si se hace voto. Mas porque no todos pueden hacer esto, debe á lo menos todo cristiano que desea su aprovechamiento, despojarse de alguna parte, de suerte que tomando lo necesario para el sustento propio y de otros, lo restante lo emplee en obras de caridad, religión y piedad.

ADVERTENCIAS AL DIRECTOR SOBRE LO QUE ANTECEDE.

1ª A las personas que pareciendo espirituales retienen el afecto á las riquezas, procure el Director quitárselos con la meditación frecuente de la muerte y con el ejemplo de Ntro. Señor.

2ª Estos espirituales interesados tienen mil pretextos para encubrir sus apegos, mas no los oiga el Director y oblíguelos á hacer frecuentes

limosnas, que les son muy necesarias no sólo por lo que en sí son, sino principalmente por el desapropiamiento que producen cuando se dan frecuentemente.

3ª Si el penitente es Religioso ó monja, para alcanzar la perfección necesita tres cosas: 1ª Recortar todo lo vano y superfluo. 2ª Sufrir con paciencia, cuando no con alegría, la falta de lo necesario. 3ª Mantener un total despego de las cosas necesarias ó convenientes que se le concedan.

*Impedimentos que traen á la perfección la ambición y la vanagloria.*

En primer lugar, nótese que la ambición tiene por objeto la honra y la vanagloria la gloria mundana. El desorden de la ambición consiste en tres cosas: 1ª En apetecer algo desproporcionado al propio mérito. 2ª En querer para sí la honra y no referirla á Dios. 3ª En descansar en el honor recibido como en último fin. Si se apetece la honra sin tales defectos no es uno ambicioso, aunque á quien no está constituido en dignidad de ordinario no es lícito desearla ni procurarla. Los desórdenes de la vanagloria consisten en buscar los elogios de los hombres y en no referir la honra á Dios. La ambición hace una cruel guerra al hombre espiritual y la vanagloria es muy contraria á la perfección, porque envenena todos sus actos y les da la muerte y además se le opone con siete vicios de que es cabeza y son: la jactancia,

la presunción, la hipocrecía, la pertinacia, la discordia, la contienda y la desobediencia.

Los medios para vencer la ambición y vanagloria son los siguientes:

1º Pedir con perseverancia, fervor y humildad á Dios su extirpación y considerar cuán contrario es al espíritu de Jesucristo el espíritu de ambición y vanagloria.

2º Persuadirse vivamente que cuanto uno tiene es don de Dios y que de sí no tiene sino la nada y el pecado.

3º Dirigirlo todo solamente á la gloria de Dios y si después asalta la vanagloria, decir con San Bernardo: *Nec propter te coepi, nec propter te desinam.*

4º Tener escondidas las propias prendas y las obras virtuosas que se van haciendo. Mas si cuanto es de nuestra parte hemos de inclinarnos á hacer en oculto los actos de virtud, á veces la edificación y provecho de los prójimos y por consiguiente la gloria de Dios requiere que se hagan en público, y esto principalmente toca á los Directores por el ejemplo que tienen que dar; mas en tal caso consérvese en el alma una rectísima intención.

ADVERTENCIAS AL DIRECTOR SOBRE LO ANTECEDENTE.

1ª A las personas que libres ya de culpa mortal quieran profesar vida devota, fúndelas bien desde el principio, en el propio conocimiento, haciéndoles meditar frecuentemente lo que tie-

nen de sí y lo que tienen de Dios, y lo que presto serán aquellos á quienes el mundo llama grandes.

2<sup>a</sup> A las mujeres que se dedican á la piedad quítenseles, si es conveniente, ó al menos módenseles, los atavíos en los vestidos, y cuando se adornen, que no lo hagan por parecer bien, sino solo por la conveniencia de justos respetos.

3<sup>a</sup> No se permita al penitente dejar alguna obra buena, que sea conveniente, por el temor de vanagloria; sino hágasele proceder con santa libertad.

4<sup>a</sup> Tampoco se ha de permitir á los penitentes, hacer algo por lo que sean tenidos por locos, imprudentes y de poco juicio, pues Dios quiere que procedamos con rectitud y sabiduría en nuestras operaciones, y se contenta con que suframos con paz y humildad los agravios hechos á nuestra reputación, sin dar nosotros ocasión alguna. Déseles esta regla á los penitentes, que no hablen bien ni mal de sí, pues lo primero aumenta la vanidad y lo segundo ordinariamente no es remedio contra ella.

*Impedimentos que pueden provenir á la perfección, de otros objetos exteriores.*

#### DEL AMOR Á LOS PARIENTES.

El amor á los parientes puede estar fundado en la naturaleza, y si fuere regulado con las leyes de la recta razón es recto y virtuoso; ó bien en la caridad y ajustado á sus leyes, es

santo y meritorio. El amor de la carne y sangre es muy perjudicial al espíritu, y para quitarlo de nosotros, es necesario estar lejos de los parientes corporalmente, y así quien quiera con verdad su aprovechamiento ó abandónelos del todo como los religiosos, ó si esto no puede, sepárese de ellos en cuanto pudiere y si ni esto es posible, estando entre ellos sepa moderar su afecto con las reglas de la caridad, rectificando la intención frecuentemente y dirigiéndola á Dios.

Pero más que el amor á los parientes, se opone á la perfección el amor á los extraños, que consiste en un afecto tierno y sensible fundado en la belleza, gracia, voz, viveza y una cierta conformidad de genio y sangre. Tal amor es imperfecto, porque aunque no tenga mal fin es todo carnal, pues su objeto son las prerrogativas del cuerpo; es dañoso, pues basta que la persona piadosa se empeñe en él para que pierda todo el bien espiritual adquirido; es peligroso, pues si el amor al principio es tierno sin mezcla de vicio, poco á poco degenera y se hace sensual. Esto tiene lugar aun cuando las personas sean de un mismo sexo.

#### ADVERTENCIAS AL DIRECTOR SOBRE LO QUE ANTECEDE.

1<sup>a</sup> Tenga gran celo para extirpar estas tier-  
nas aficiones, haciendo mucho caso de ellas,  
pues si subsisten es inútil todo medio de per-  
fección.

2ª El primer remedio contra esto será que el penitente conozca la gravedad de su mal; el segundo que se encomiende frecuentemente á Dios; el tercero que se aleje de la persona amada, y este es el más eficaz é importante; el cuarto que quite todo fomento á la pasión.

3ª Lo dicho se entiende si ya existe la afición, mas si aun no existe, evítela el Director, con sumo cuidado, prohibiendo tales amistades y afectos particulares, pues es más fácil impedir que nazcan esas tales aficiones que remediarlas después; mas si entonces comienzan póngase luego el remedio.

#### CAPITULO XXVI

*Impedimentos que ponen á la perfección los combates del demonio.*

**A**nte todo nótese que las almas que caminan á la perfección están muy expuestas á los combates de los demonios.

Los fines porque Dios permite las tentaciones son los siguientes: 1º para probar nuestra fidelidad y amor; 2º para fundarnos en virtud y principalmente en la humildad; porque quien no es tentado no se conoce; 3º para enriquecernos de muchos méritos en esta y en la otra vida. Mas no deben ser las tentaciones objeto de nuestros deseos, pues nos excitan al mal; pero

debemos aceptarlas cuando vengan con paz y resignación, pasando por ellas con profunda humildad y gran valor.

#### *Medios para vencer las tentaciones.*

El primero y principal para vencerlas, es la diligencia y prontitud en sacudirlas de sí, pues mucho peligra quien se detiene en ellas. El segundo medio es la oración, recurriendo á Dios con todo fervor y usar de la señal de la cruz. Para conseguir una especial asistencia de Dios en las tentaciones, no hay medio más seguro que el recurso á María Santísima; recurso lleno de confianza en Dios y la propia desconfianza. Para excitar la confianza persuádanse estas verdades: 1ª que el demonio no puede sino lo que se le permite; 2ª que este permiso no ha de ser sobre nuestras fuerzas; 3ª que Dios está presente á nuestras batallas para auxiliarnos, no sólo suficiente sino sobradamente para vencer.

Mas para que el recurso pronto y confiado en Dios tenga toda la fuerza para vencer las tentaciones, es necesario que vaya acompañado de la manifestación de nuestro interior al Padre espiritual.

Es muy necesario á todos, aunque sean santos para debilitar la fuerza del demonio y no caer.

Mas sobre todo guárdese el que es tentado de ponerse en las ocasiones.

ADVERTENCIAS SOBRE LO ANTECEDENTE.

1ª El Director no sea rígido ni austero con los tentados; escúchelos con caridad y agrado, sin admirarse de nada, y deles sabios consejos.

2ª Hay tentaciones que se han de resistir positivamente con actos contrarios; tales son de ordinario, las deshonestas, las de odio y vanidad, pues con tales actos está uno más léjos de caer y se funda en el alma la virtud contraria. Otras hay en que no se encuentra peligro, como las de blasfemias, ciertas dudas contra la fe y otras semejantes que naturalmente se aborrecen. Estas se han de vencer con el desprecio, procurando el Director quitar del penitente todo temor ocasionado por ellas.

3ª Algunos hay á quienes es más conveniente proceder por vía de desprecio en las tentaciones que se han de resistir positivamente, que son las conformes á nuestras pasiones, como á los temerosos de Dios y de conciencia muy delicada que al presentarse la tentación se llenan de gran temor. A estos dígaseles que desprecien las tentaciones y que después que han pasado no se pongan á examinar si consintieran ó no, pues así se crían escrúpulos y se excitan las tentaciones.

4ª En los vicios ásperos, inquietos y desagradables se puede ir contra ellos positivamente, mas en los dulces y deleitables siempre se ha de huir.

5ª Atienda el Director á discernir las tentaciones cuando vienen con capa de bien; son

más difíciles de conocer y son las que ordinariamente asaltan á las personas espirituales. Para discernir estos fraudes diabólicos, el Director pida á Dios su santa luz y sepa cuales son los caracteres del espíritu de Dios y cuales los del espíritu del diablo.

6ª El Director no lo atribuya todo á la mala inclinación de la naturaleza, creyendo que el demonio está ocioso, pues él *tamquam leo rugiens circuit quaerens quem devoret*; además es utilísimo persuadir á los penitentes que sus tentaciones de ordinario vienen del demonio para que se animen á pelear.

7ª Procure el Director que en el tiempo de la tentación no se dejen los ejercicios ordinarios de oración, penitencia, Sacramentos, etc., antes es mejor que se aumenten. Evite que en las tentaciones se hagan resoluciones nuevas, ni menos votos que obliguen, pues entonces no es fácil distinguir el buen espíritu del malo y ordene que se remitan á otro tiempo tales cosas.

CAPITULO XXVII

*Impedimentos que traen á la perfección los escrúpulos.*

**E**l escrúpulo es una vana aprensión fundada en motivos ligeros y llena de un temor ansioso de que sea pecado lo que no es. Su primera causa es el temperamento melancólico, tétrico, tí-