

ANTONIO WALLENSTEIN O.F.M.

GUÍA  
PRÁCTICA  
DE LA  
PERFECCIÓN  
CRISTIANA

HERDER

ANTONIO WALLENSTEIN, O. F. M.

GUÍA PRÁCTICA  
DE LA  
PERFECCIÓN CRISTIANA

BARCELONA  
EDITORIAL HERDER  
1959

La versión española de esta obra ha sido hecha por el P. JUAN MEBGUER FERNÁNDEZ, O. F. M., sobre la 3.<sup>a</sup> edición original alemana de *Praktischer Führer zur christlichen Vollkommenheit* del P. ANTON WALLENSTEIN, O. F. M., publicada en 1952 por Verlag Herder K G de Friburgo de Brisgovia (Alemania)

2.<sup>a</sup> edición 1959

NIHIL OBSTAT: Fr. ÁNGEL URIBE, O. F. M.

IMPRIMI POTEST: Madrid, 10 de abril de 1955

Fr. JOAQUÍN SANCHIS, O. F. M., Del. Gral.

NIHIL OBSTAT: El CENSOR, SERAFÍN ALEMANY VENDRELL, C. O.

IMPRIMATUR: Barcelona, 22 de noviembre de 1954

+ GREGORIO, Arzobispo-Obispo de Barcelona

Por mandato de Su Excia. Rvma.

ALEJANDRO PECH, Pbro., Canciller-Secretario

© Editorial Herder, Barcelona 1955

|                                 |                                       |                  |
|---------------------------------|---------------------------------------|------------------|
| ES PROPIEDAD                    | Depósito legal B. 6469.-1959          | PRINTED IN SPAIN |
| Talleres Gráficos Mariano Galve | - Carmen, 16                          | - Barcelona      |
| Reproducción offset             | - GRAFOS, S. A. - Paseo Carlos I, 157 | - Barcelona      |

## ÍNDICE GENERAL

|  | <u>Págs.</u> |
|--|--------------|
| Nota preliminar .....  | 13           |
| Introducción .....   | 15           |
| <i>Capítulo primero. La perfección cristiana</i> .....                                       | 19           |
| I. Esencia de la perfección cristiana .....  | 19           |
| II. Vías de la perfección cristiana .....  | 21           |
| <i>Capítulo segundo. El pecado</i> .....   | 23           |
| I. El pecado mortal .....  | 23           |
| II. El pecado venial .....   | 25           |
| III. Las tentaciones .....   | 27           |
| <i>Capítulo tercero. La confesión y la sagrada Comunión</i> .....                            | 30           |
| I. La confesión .....  | 30           |
| II. La confesión general .....   | 38           |
| III. La cuenta de conciencia .....   | 40           |
| IV. La sagrada Comunión .....  | 42           |
| <i>Capítulo cuarto. El cumplimiento de las obras diarias según la voluntad de Dios</i> ..... | 48           |
| I. Concepto e importancia de las obras diarias .....   | 48           |
| II. Requisitos para el perfecto cumplimiento de las obras diarias .....                      | 50           |
| A. Norma fundamental que ha de seguir el cristiano en su obrar .....                         | 50           |

|   |    |
|---|----|
| B. Estado de gracia .....   | 51 |
| C. Conocimiento de la licitud de las obras .....                      | 51 |
| D. Recta intención .....  | 52 |
| E. La debida realización de nuestras obras .....                      | 56 |
| F. Comportamiento después de la realización de<br>la buena obra ..... | 56 |
| III. Contenido del horario .....                                      | 57 |
| <i>Capítulo quinto. La oración</i> .....                              | 60 |
| I. La oración en general .....  | 60 |
| A. Esencia, valor, requisitos .....                                   | 60 |
| B. Distracciones y aridez .....                                       | 63 |
| II. La oración vocal .....  | 65 |
| A. La oración vocal en general .....                                  | 65 |
| B. El Oficio Divino .....   | 67 |
| C. La oración vocal privada .....                                     | 68 |
| D. Oraciones de la mañana y de la noche .....                         | 69 |
| <i>Capítulo sexto. La meditación</i> .....                            | 71 |
| I. Esencia y valor de la meditación .....                             | 71 |
| II. Método de meditar por las tres potencias .....                    | 73 |
| A. Preparación de la meditación .....                                 | 74 |
| B. Meditación propiamente dicha .....                                 | 77 |
| a) Actividad de la memoria y del entendimiento .....                  | 77 |
| b) Actividad de la voluntad .....                                     | 83 |
| C. Conclusión de la meditación .....                                  | 85 |
| III. Otros modos de meditación .....                                  | 86 |
| IV. Obstáculos y estímulos de la meditación .....                     | 89 |
| V. Formas superiores de oración en la Ascética ....                   | 90 |

|   |     |
|---|-----|
| <i>Capítulo séptimo. Otras formas de oración interior</i> .....                   | 93  |
| I. El Rosario y el Vía crucis .....   | 93  |
| A. El Rosario .....   | 93  |
| B. El Vía crucis .....  | 95  |
| II. Vivir en la presencia de Dios .....   | 99  |
| A. Esencia, modo y valor de vivir en la presen-<br>cia de Dios .....              | 99  |
| B. Reloj de la Pasión .....   | 101 |
| III. Jaculatorias .....   | 103 |
| <i>Capítulo octavo. Otras cuatro importantes prácticas<br/>diarias</i> .....      | 105 |
| I. La lectura espiritual .....  | 105 |
| II. Asistencia a la santa Misa .....  | 106 |
| III. La visita al Santísimo Sacramento .....                                      | 109 |
| IV. Devoción a la Santísima Virgen, al Ángel de la<br>Guarda y a los Santos ..... | 110 |
| <i>Capítulo noveno. Examen de conciencia</i> .....                                | 113 |
| I. Examen general .....   | 113 |
| II. Examen particular .....   | 117 |
| III. El diario espiritual .....   | 121 |
| IV. Conocimiento de la pasión dominante .....                                     | 122 |
| <i>Capítulo décimo. Especiales prácticas de piedad durante<br/>el año</i> .....   | 125 |
| I. La santificación del domingo y fiestas de guardar                              | 125 |
| II. El retiro mensual .....   | 127 |
| III. Los ejercicios espirituales anuales .....                                    | 134 |
| <i>Capítulo undécimo. Cinco medios necesarios para la<br/>perfección</i> .....    | 135 |
| I. Los deseos de perfección .....   | 135 |

|  |     |
|--|-----|
| II. Humilde desconfianza de nuestras propias fuerzas                                   | 136 |
| III. Firme confianza en Dios .....   | 137 |
| IV. Continua vigilancia sobre nosotros y discreción<br>de espíritus .....              | 138 |
| V. Fidelidad en lo poco .....  | 139 |
| <i>Capítulo duodécimo. Mortificación interna y externa ...</i>                         | 141 |
| I. Mortificación en general .....  | 141 |
| II. Mortificación externa en general .....   | 142 |
| III. Mortificación de los sentidos en particular .....                                 | 144 |
| A. Mortificación de la vista .....   | 144 |
| B. Mortificación del oído .....  | 144 |
| C. Mortificación del gusto .....   | 145 |
| D. Mortificación en el hablar .....  | 146 |
| E. Mortificación en el tacto .....   | 147 |
| IV. Mortificación interna en general .....   | 148 |
| V. Mortificación de las potencias en particular .....                                  | 149 |
| A. Mortificación del entendimiento .....   | 149 |
| B. Mortificación de la memoria y fantasía .....  | 151 |
| C. Mortificación de la voluntad .....  | 152 |
| D. Mortificación del apetito sensitivo .....   | 153 |
| E. Mortificación del amor propio .....   | 155 |
| <i>Capítulo decimotercio. Las virtudes morales y los vicios<br/>    opuestos .....</i> | 157 |
| I. Las virtudes y vicios en general .....  | 157 |
| A. La virtud .....   | 157 |
| B. La virtud heroica .....   | 159 |
| C. La mala costumbre .....   | 161 |
| II. La virtud cardinal de la prudencia y vicios opuestos                               | 162 |

|  |     |
|--|-----|
| III. La virtud cardinal de la justicia .....   | 164 |
| A. La virtud cardinal de la justicia .....   | 164 |
| B. Virtudes afines a la justicia y vicios opuestos   | 165 |
| a) La virtud de la religión y los vicios opuestos  | 165 |
| b) El respeto a los padres y superiores .....  | 166 |
| c) El agradecimiento; la ingratitude .....   | 167 |
| d) La veracidad y la sinceridad; la mentira y<br>la falsedad .....   | 168 |
| e) La amistad; la falsa amistad; la amabili-<br>dad; la enemistad .....                                    | 171 |
| f) La obediencia .....   | 175 |
| IV. La virtud cardinal de la templanza .....   | 176 |
| A. La virtud cardinal de la templanza .....  | 176 |
| B. Virtudes afines a la virtud cardinal de la tem-<br>planza .....   | 176 |
| a) La moderación en el comer y beber; la in-<br>temperancia .....  | 177 |
| b) La castidad; la incontinencia .....   | 179 |
| c) La mansedumbre; la ira .....  | 179 |
| d) La discreción; el silencio conventual; la<br>locuacidad .....   | 182 |
| e) La diligencia; la pereza; el buen empleo<br>del tiempo .....  | 185 |
| f) La humildad; la soberbia (vana ansia de<br>hombres, vanagloria, vanidad, hipocresía,<br>ambición) ..... | 188 |
| V. La virtud cardinal de la fortaleza .....  | 197 |
| A. La virtud cardinal de la fortaleza .....  | 197 |
| B. Virtudes afines a la virtud cardinal de la for-<br>taleza y los vicios opuestos .....                   | 197 |
| a) La magnanimidad; la temeridad; la pereza  | 198 |
| b) La confianza; la pusilanimidad .....  | 199 |
| c) La constancia; la inconstancia; la firmeza;<br>la obstinación .....                                     | 199 |
| d) La paciencia; la impaciencia .....  | 202 |

|  |         |
|--|---------|
| <i>Capítulo décimocuarto. Las tres virtudes teologales y los vicios contrarios</i> ..... | 206     |
| I. La virtud teologal de la fe .....   | 206     |
| II. La virtud teologal de la esperanza .....   | 207     |
| III. La virtud teologal de la caridad .....  | 209     |
| A. El amor a Dios .....  | 209     |
| B. La caridad fraterna .....   | 212     |
| C. La perfecta conformidad con la voluntad de Dios .....                                 | 216     |
| <br><i>Capítulo décimoquinto. El estado religioso</i> .....                              | <br>218 |
| I. Fin y excelencia del estado religioso .....   | 218     |
| II. La vocación al estado religioso .....  | 221     |
| III. Obligación de aspirar a la perfección .....   | 224     |
| <br><i>Capítulo décimosexto. Los votos religiosos y las reglas de la orden</i> .....     | <br>228 |
| I. Los votos religiosos en general .....   | 228     |
| II. La obediencia religiosa .....  | 231     |
| A. La obediencia a los superiores .....  | 231     |
| B. Obediencia a las reglas y las constituciones ...                                      | 234     |
| III. La pobreza religiosa .....  | 236     |
| IV. La castidad religiosa .....  | 241     |
| A. La obligación de observar la castidad .....   | 241     |
| B. Medios para conservar la castidad .....   | 245     |
| a) Medios generales .....  | 245     |
| b) Medios especiales para los religiosos .....   | 248     |
| C. Valor e importancia de la virginidad .....  | 249     |
| <br><i>Capítulo décimoséptimo. Autoformación de una personalidad completa</i> .....      | <br>252 |
| I. La salud físicopsíquica .....   | 253     |

|  |     |
|--|-----|
| II. La formación de las facultades espirituales .....  | 254 |
| A. El entendimiento .....  | 254 |
| B. La voluntad .....   | 256 |
| C. La memoria .....  | 258 |
| D. La imaginación o fantasía .....   | 261 |
| E. La afectividad o potencia afectiva .....  | 265 |
| F. Conclusión .....  | 271 |
| III. Adquisición de conocimientos .....  | 272 |
| VI. Trabajo alegre y capacidad profesional .....   | 276 |
| A. Trabajo alegre .....  | 276 |
| B. Capacidad profesional .....   | 278 |
| <i>Capítulo décimotercero. Principales obligaciones del cristiano en el mundo</i> .....                  | 286 |
| I. Generalidades sobre la obligación que tiene el se-<br>glar de aspirar a la perfección cristiana ..... | 286 |
| II. Obligaciones especiales del cristiano .....  | 291 |
| A. El estado del matrimonio .....  | 292 |
| B. El noviazgo .....   | 297 |
| C. La vida de familia .....  | 301 |
| D. El cristiano célibe en el mundo .....   | 306 |
| E. El cristiano en la vida pública (Acción Ca-<br>tólica) .....  | 307 |
| Índice alfabético de nombres y materias .....  | 313 |



## NOTA PRELIMINAR

*La Guía práctica de la perfección cristiana del padre Wallenstein pone a disposición del lector, en sus líneas fundamentales, el conjunto de doctrinas de la Ascética con la sólida sencillez de un catecismo. La Guía es un libro didáctico, de estudio y, por ende, esquemático, pero claro, muy asequible y, sin menoscabo de la brevedad, completo.*

*Ello explica más que cuantas ponderaciones pudieran hacerse, el éxito halagüeño que ha tenido dentro y fuera de Alemania. Pues, además de las tres ediciones en la lengua original, ha sido traducido a diversas lenguas extranjeras.*

*Esperamos que también en los países de habla española sea bien recibida la Guía práctica. Sus páginas prestarán relevantes servicios a un inmenso número de lectores. Los noviciados de ambos sexos, en especial los femeninos, y aun los seminarios diocesanos y de religiosos, tienen aquí un manual breve, preciso y fundamental que inicie a los candidatos al sacerdocio o a la vida religiosa en las vías de la perfección. También los fieles adscritos a las Órdenes Terceras, a la Acción Católica y a Asociaciones piadosas encontrarán en la Guía del padre Wallenstein un amigo solícito que les señale el camino que conduce a las alturas de la santidad y les suministre temas e ideas para sus respectivos círculos de estudios. Y en general todas las almas ansiosas de elevarse a las alturas del espíritu pueden abrir este libro con la seguridad de que les pro-*

*porcionará la enseñanza, la sugerencia, el aliento que necesiten en un momento determinado. Incluso para los obreros industriales y labriegos ha recogido el autor los principios básicos que les ayuden a espiritualizar las rudas faenas del campo o el deshumano estruendo de las máquinas.*

*Hemos procurado la mayor fidelidad en la traducción. Es de justicia consignar que para algunos pasajes nos hemos aprovechado de la versión portuguesa, debida al padre Nazario Knabben, O. F. M., segunda edición, Petrópolis, Brasil, 1944. En cuanto a las citas de las Encíclicas pontificias *Mystici Corporis Christi*, 29 de junio de 1943, sobre el *Cuerpo Místico de Cristo*, y *Mediator Dei*, 20 de noviembre de 1947, sobre la *Sagrada Liturgia*, las hemos tomado de las respectivas traducciones aparecidas en *Ecclesia*, haciéndoles algunos retoques indispensables.*

*Quieran el Señor y su Santísima Madre que la Guía, vertida al español, contribuya a fomentar en las almas intensos anhelos y aspiraciones fervientes de perfección.*

EL TRADUCTOR

## PRÓLOGO A LA TERCERA EDICIÓN ALEMANA

*Este libro conduce al lector, a partir de los principios de la vida religiosa, a través del ancho campo de la doctrina de la perfección, hasta alcanzar la cima de la virtud heroica y los umbrales de la oración mística. Se dirige lo mismo al religioso que al seglar. Sobre el deber que tienen los fieles cristianos, incluso los seglares, de aspirar a la plenitud de la perfección, escribe el Santo Padre Pío XII: "Hay que advertir que, sobre todo en las presentes circunstancias, los padres y madres de familia y los padrinos y madrinan de bautismo, y especialmente los seglares que prestan su cooperación a la jerarquía eclesiástica para dilatar el reino del divino Redentor, ocupan en la sociedad cristiana un puesto muy honroso, aunque muchas veces humilde, y que también ellos, con el favor y ayuda de Dios, pueden subir a la cumbre de la santidad que nunca en la Iglesia ha de faltar, según las promesas de Jesucristo" (Encíclica sobre el Cuerpo Místico de Cristo).*

*Desde la publicación de la segunda edición han aparecido muy importantes instrucciones pontificias sobre la vida espiritual. Y aunque en nada hemos tenido que variar nuestra exposición, hemos podido darle mayor fuerza corroborativa en numerosos pasajes con estas altísimas enseñanzas.*

*El lenguaje sencillo y claro y la forma compendiosa hacen del libro un manual de ascética al alcance de todas las inteligencias.*

EL AUTOR



## INTRODUCCIÓN

### **1. ¿Con qué disposiciones debemos recibir las instrucciones espirituales?**

Debemos recibir las instrucciones espirituales:

- 1) como enseñanzas que vienen de Dios,
- 2) como advertencias que nos conducen a la verdadera felicidad.

Éste debe ser nuestro comportamiento ante cualquier instrucción espiritual, por ejemplo, los sermones y lecturas espirituales, sobre todo cuando la instrucción la da a sus subordinados un superior o un delegado suyo. Dichos superiores son los representantes de Dios. A sus enseñanzas podemos aplicar las palabras del Divino Salvador: «El que a vosotros oye, a mí me oye y el que a vosotros desprecia, a mí me desprecia» (Lc 10, 16).

### **2. ¿Qué debemos hacer para aprovecharnos de la instrucción espiritual?**

Para aprovecharnos de la instrucción espiritual debemos:

- 1) antes de la instrucción, orar devotamente pidiendo luz y gracia,
- 2) aceptar lo que se nos da, humilde y dócilmente.
- 3) meditar seriamente sobre ello,
- 4) procurar llevar a la práctica lo que hemos aprendido.

Toda la vida espiritual y, por consiguiente, cuantas indicaciones hagamos, pueden reducirse a cuatro puntos:

- a) vivir en estado de gracia,
- b) orar fervorosamente y con frecuencia, y recibir los santos sacramentos con diligencia y dignamente,
- c) aceptar con valor y resignación los sacrificios anejos a la práctica de las virtudes y al cumplimiento de los propios deberes,
- d) amar sinceramente a Dios y al prójimo.

## *Capítulo primero*

# LA PERFECCIÓN CRISTIANA

## I. ESENCIA DE LA PERFECCIÓN CRISTIANA

### **3. ¿Cuándo es perfecto el cristiano?**

El cristiano es perfecto cuando ama a Dios sobre todas las cosas y a su prójimo como a sí mismo.

Todos los maestros de la vida espiritual están de acuerdo en que la perfección cristiana consiste en el amor de Dios y que el amor del prójimo va inseparablemente unido al de Dios.

El mismo deífico Salvador es quien llama al amor a Dios el más grande mandamiento, colocando a su vez en el mismo plano de éste el amor al prójimo. «Amarás al Señor Dios tuyo con todo tu corazón, con toda tu mente y con todas tus fuerzas. Éste es el más grande y primer mandamiento. El segundo es a éste semejante: amarás a tu prójimo como a ti mismo» (Mt 22, 37-39).

### **4. ¿Quién posee el verdadero amor a Dios?**

Posee el verdadero amor a Dios el que

- 1) vive en estado de gracia santificante,
- 2) ama a Dios, no sólo con el corazón, sino también con sus obras y sacrificios,
- 3) hace frecuentes actos de amor a Dios, con gusto y constancia,
- 4) practica diligentemente las otras virtudes cristianas, especialmente el amor al prójimo,

5) no comete pecados veniales, al menos habitualmente.

No consiste, pues, el verdadero amor a Dios en experimentar dulces sentimientos y suaves emociones, sino en la actividad de la voluntad.

Esta actividad tiene diversos grados. Llega al ápice, cuando no sólo se hace o se sufre todo por puro amor a Dios, sino que además se obra en la forma conocida como más perfecta.

El modelo sublime de la perfección cristiana es Jesucristo, el Hombre-Dios.

## **5. ¿En qué cosas no consiste la perfección cristiana?**

La perfección cristiana no consiste :

- 1) ni en rezar mucho,
- 2) ni en hacer muchas penitencias corporales,
- 3) ni en gozar de consolaciones celestes.

Todo esto es un medio para la perfección o fruto de la misma, pero no su esencia.

Conviene no perder de vista esta verdad, sobre todo al leer la vida de los santos. Las personas que con ciega porfía se dan obstinadamente a sus rezos privados u obras de penitencia, en contra de las obligaciones de su estado o de la obediencia, de la caridad fraterna o de otras virtudes, se encuentran en estado sumamente peligroso.

## **6. ¿En qué consiste la perfección religiosa?**

Consiste la perfección religiosa en observar por amor a Dios, además de sus mandamientos, los tres consejos evangélicos de pobreza, castidad y obediencia, según la regla de una orden aprobada por la Iglesia.

Según eso, la perfección religiosa no se diferencia esencialmente de la perfección cristiana en general sino por una actividad más variada y austera. Por consiguiente, un religioso o religiosa será perfecto si por amor a Dios se mantiene fiel a los mandamientos del decálogo y votos religiosos y realiza del mejor modo que puede las obras diarias que le imponen su regla y constituciones.

## II. VÍAS DE LA PERFECCIÓN CRISTIANA

### 7. **¿Cuántas vías se distinguen en la perfección cristiana?**

Se distinguen :

- 1) la vía purgativa,
- 2) la vía iluminativa,
- 3) la vía unitiva.

Estas vías no se suceden rigurosamente, sino que a veces corren paralelas y hasta se entrelazan recíprocamente. Conságrese por tanto el alma con entera libertad de espíritu a los ejercicios piadosos que más suave y fuertemente le atraigan. Esto es obra del Espíritu Santo. De aquí que se pueda y se deba en cualquier vía de la vida espiritual, cuando el alma se siente impelida a ello, meditar las verdades eternas, el sublime ejemplo del Salvador, los goces del cielo, los beneficios de Dios y cuán digno es de ser amado, excitando en nosotros afectos de temor, esperanza y amor.

### 8. **¿Quién va por la vía purgativa?**

Va por la vía purgativa quien se esfuerza denodadamente :

- 1) en purificar su alma del pecado y del amor al mundo,
- 2) en mortificar sus pasiones desordenadas.

Éste es el camino de los principiantes. Combaten éstos, ante todo, contra el pecado mortal, y se mueven principalmente por el temor de los castigos divinos.

### 9. **¿Quién camina por la vía iluminativa?**

Camina por la vía iluminativa el que :

- 1) ha debilitado notablemente el influjo del pecado y de las pasiones,
- 2) trabaja con diligencia en la adquisición de las virtudes.

Éste es el camino de los proficientes o aprovechados. Aunque aún caen en pecados veniales, se esfuerzan más cada día en librarse de ellos. Su principal móvil es la esperanza gozosa en Dios. A la luz de la gracia conocen, mejor que los principiantes, el estado de su alma y lo que sirve para su bien.

## **10. ¿Quién se halla en la vía unitiva?**

Se halla en la vía unitiva el que :

- 1) está completamente desasido del propio yo y del mundo,
- 2) se ha entregado completamente a Dios por amor.

Ésta es la vía de los perfectos. Procuran evitar toda imperfección. En ellos campea de modo excelente el amor de Dios.

## *Capítulo segundo*

### EL PECADO

#### I. EL PECADO MORTAL

##### **11. ¿Cuándo se comete pecado?**

Se comete pecado cuando se quebranta un mandamiento de Dios con conocimiento y voluntad.

##### **12. ¿Cuándo se comete pecado mortal?**

Se comete pecado mortal cuando se desobedece un mandamiento de Dios en materia grave, con plena advertencia y pleno consentimiento.

##### **13. ¿Por qué debemos evitar sobre todas las cosas el pecado mortal?**

Debemos evitar sobre todas las cosas el pecado mortal porque es:

- 1) la mayor injusticia contra Dios,
- 2) la mayor desdicha para el hombre.

##### **14. ¿Por qué es el pecado mortal la mayor injusticia contra Dios?**

El pecado mortal es la mayor injusticia contra Dios porque con él:

- 1) despreciamos a Dios, nuestro soberano Señor y benignísimo Padre,

2) ofendemos gravemente a Jesús, nuestro amorosísimo Salvador,

3) arrojamos de nuestro corazón al Espíritu Santo, nuestro mejor amigo.

«Oíd, oh cielos, escucha, oh tierra, pues habla el Señor: He criado hijos y los he engrandecido, pero ellos me han menospreciado» (Is 1, 2).

«Crucifican de nuevo al Hijo de Dios y le exponen al escarnio» (Hebr 6, 6).

«¿No sabéis que sois templos de Dios y el Espíritu de Dios habita en vosotros?» (1 Cor 3, 16).

## **15. ¿Por qué es el pecado mortal la mayor desdicha para el hombre?**

El pecado mortal es la mayor desdicha para el hombre:

1) porque le roba la gracia santificante, la amistad de Dios y todos los méritos para alcanzar el cielo,

2) porque lleva consigo el remordimiento de la conciencia, muchos castigos temporales, y por último la condenación eterna.

Cuánto daño puede causarnos un solo pecado mortal lo vemos en el pecado de los ángeles y en el de nuestros primeros padres.

Huye del pecado como de sierpe venenosa.

El placer dura poco, el castigo no tiene fin.

## **16. ¿Qué medios hemos de emplear para preservarnos del pecado mortal?**

Para preservarnos del pecado mortal debemos:

1) evitar con todas nuestras fuerzas el pecado venial,

2) considerarnos siempre en presencia de Dios y del Ángel Custodio,

3) alejar en lo posible las ocasiones y peligros de pecar,

4) orar tan pronto se presente la tentación y oponernos a ella rápida y enérgicamente,

5) huir sobre todo de la ociosidad, madre de todos los vicios,

6) estar firmemente determinados a morir mil veces antes que cometer un solo pecado mortal.

Debemos ejercitarnos con diligencia y constancia en el uso de estos medios, de modo que adquiramos buenos hábitos.

Quien no hace esto demuestra que no le importa gran cosa evitar el pecado mortal.

Aun las personas más santas pueden caer en el pecado mortal si no emplean los medios para evitarlo. Prueba de ello son las caídas de David y de San Pedro.

Por lo demás, la mejor defensa contra el pecado grave consiste en estimar grandemente la vida espiritual; estima que se prueba con la oración devota y frecuente, con la mortificación continua y la digna y asidua recepción de los Santos Sacramentos.

## **17. ¿Qué hay que hacer cuando se duda si algo es pecado mortal?**

Cuando se duda si algo es pecado mortal, es aconsejable elegir por de pronto lo más seguro y luego consultar al confesor o al superior.

## **II. EL PECADO VENIAL**

### **18. ¿Cuándo se comete pecado venial?**

Se comete pecado venial:

1) cuando se quebranta un mandamiento de Dios en materia leve,

2) cuando se desobedece un mandamiento de Dios en materia ciertamente grave, pero sin plena advertencia o sin pleno conocimiento.

## **19. ¿Por qué hemos de evitar cuidadosamente el pecado venial?**

Hemos de evitar cuidadosamente el pecado venial:

1) porque es también ofensa a Dios y nos atrae su castigo,

2) porque es culpable de que recibamos menos gracias,

3) porque poco a poco nos lleva al pecado mortal.

Uno de los medios más eficaces para conservarnos inmunes del pecado grave es el serio esfuerzo en evitar aun la más pequeña transgresión venial voluntaria.

Según un notable varón espiritual, muy experimentado, son particularmente nocivos al progreso del alma los siguientes nueve grupos de pecados veniales:

a) fomentar internamente malas sospechas, juicios temerarios, desprecio del prójimo;

b) nutrir largo tiempo indignación y enojo;

c) hablar de los defectos del prójimo, o destruir con habladurías el amor fraterno y la unión entre personas;

d) abandonar por tibieza las prácticas de piedad, o hacerlas voluntariamente distraído;

e) alimentar en el corazón un amor desordenado o dar conscientemente ocasión a pensamientos impuros o rechazarlos con negligencia;

f) sobrestimarse a sí mismo, despreciar al prójimo, complacerse desordenadamente en sí mismo;

g) recibir los Santos Sacramentos sin preparación suficiente, con tibieza, con distracciones voluntarias o de cualquier otro modo irreverente;

h) recibir las contrariedades y trabajos con impaciencia, como no venidos de la mano de Dios, frustrando con ello, por lo que a nosotros concierne, los planes de Dios y el gobierno de su Providencia;

i) ocultar con designio premeditado el estado de nuestra alma y encubrir a quien debiera conocerlas las inclinaciones torcidas, debilidades, faltas y mortificaciones, recorriendo el camino de la virtud, no según los dictados de la obediencia, sino según el criterio propio.

Si no te decides a evitar estos pecados veniales, sacarás poco o ningún provecho de los ejercicios de piedad, no alcanza-

rás siquiera el grado más bajo de la perfección cristiana, no llegarás jamás a la unión con Dios ni a gozar de la paz del corazón ni al punto de poder esperar sin miedo la llegada de la muerte» (PERGMAYR S. I.).

Otras faltas que obstaculizan el progreso espiritual son:

j) crasa negligencia en la observancia de la regla, constituciones y costumbres piadosas;

k) ambicionar los puestos más honoríficos o más agradables. La política, que con frecuencia va unida a la ambición, envenena la virtud y el carácter;

l) el pábulo consciente de partidos y disensiones en las comunidades.

## **20. ¿De qué medios nos hemos de valer para no caer en el pecado venial?**

Para no caer en el pecado venial debemos:

1) emplear todos los medios recomendados contra el pecado mortal,

2) vigilar diligentemente los sentidos y la fantasía,

3) mortificarnos aun en cosas pequeñas.

### **III. LAS TENTACIONES**

## **21. ¿Qué es tentación?**

Tentación es un incentivo interno o externo al pecado.

Pensar, ver, imaginar, oír o tocar simplemente algo prohibido no es por ende una tentación, si no solicita la voluntad al consentimiento.

## **22. ¿De dónde provienen las tentaciones?**

Las tentaciones provienen:

1) de nuestras propias inclinaciones depravadas por el pecado original y por los pecados personales,

- 2) del mundo perverso,
- 3) del enemigo malo.

Dios permite las tentaciones para que nos conservemos humildes y aumentemos nuestro mérito.

### **23. ¿Cuándo las tentaciones acaban en pecado?**

Las tentaciones acaban en pecado cuando consentimos en ellas.

Primero nos viene el pensamiento malo, síguese una complacencia natural, que no es todavía voluntaria, y, por último, el consentimiento.

### **24. ¿Qué debemos hacer para vencer las tentaciones?**

Para vencer las tentaciones debemos orar, resistiéndolas desde el principio.

En muchos casos es también aconsejable hacer un acto contrario a la tentación, por ejemplo, un acto de humildad, si la tentación es de orgullo.

Las tentaciones contra la fe se combaten mejor no haciendo caso de ellas.

Comuníquense al confesor las tentaciones más violentas y prolongadas.

### **25. ¿Qué debemos hacer en particular para vencer las tentaciones impuras?**

Para vencer las tentaciones impuras debemos:

- 1) huir con especial cuidado de la ociosidad,
- 2) evitar en lo posible las ocasiones y los peligros serios de pecar,
- 3) resistir con energía la tentación desde sus principios.

## **26. ¿Cómo debemos comportarnos cuando hayamos sido vencidos por la tentación?**

Quando hayamos sido vencidos por la tentación debemos:

- 1) guardarnos de la tristeza y desánimo desordenados,
- 2) excitar inmediatamente en el alma un dolor sincero y un firme propósito,
- 3) proseguir con todo fervor nuestras acostumbradas prácticas de piedad.

La inmoderada tristeza después de la caída proviene del desordenado amor propio. Si has pecado mortalmente, haz un acto de contrición perfecta y confiéscate en seguida, si es posible el mismo día. Si los pecados son veniales, basta la atrición.

Nuestras caídas deben servir para aprender a conocer nuestra miseria y hacernos más humildes.

Si nuestro prójimo ha sido testigo de nuestro pecado, hay que reparar, si el caso lo exige, el escándalo.

Si hemos triunfado de la tentación, demos por ello rendidas gracias a Dios.

### *Capítulo tercero*

## LA CONFESIÓN Y LA SAGRADA COMUNIÓN

### I. LA CONFESIÓN

#### **27. ¿Qué acaece en la confesión?**

En la confesión el sacerdote, representando a Dios, perdona los pecados que hemos cometido después del bautismo y de los cuales, arrepentidos, nos acusamos.

#### **28. ¿Quién debe recibir el sacramento de la penitencia?**

Todo aquel que después del bautismo ha cometido un pecado grave está obligado a confesarse.

Quien después del bautismo ha pecado mortalmente no puede entrar en el reino de los cielos si no se confiesa o no tiene al menos voluntad resuelta de confesarse.

Como esta voluntad se halla, siquiera implícitamente, unida a la perfecta contrición, no es necesario excitarla explícitamente.

#### **29. ¿Qué gracias confiere el sacramento de la penitencia?**

El sacramento de la penitencia confiere las gracias siguientes:

1) borra los pecados e infunde en el alma nueva vida sobrenatural,

2) perdona la pena eterna y también una parte de la pena temporal,

3) fortifica el alma contra las recaídas en el pecado.

Por el sacramento de la penitencia se recobra la gracia santificante perdida por el pecado mortal o se aumenta, si ya se tiene.

La gracia sacramental conferida por medio de la penitencia es distinta de la que nos da la sagrada Comunión. La confesión obra como medio curativo contra las heridas y debilidades del alma producidas por el pecado original y pecados personales, mientras la sagrada Comunión es su manjar fortalecedor. Ambas nos son necesarias: la medicina y el alimento. Por ello deben los que comulgan frecuentemente tener en suma estima el sacramento de la penitencia y confesarse a menudo. Éste es el sentir de la santa Madre Iglesia, la cual, por no aducir más que un caso, prescribe a los religiosos la confesión semanal (Can. 595).

«Las opiniones de los que aseguran que no hay que dar mucha importancia a la confesión frecuente de los pecados veniales son falsas, impiden el progreso espiritual de los fieles y contribuyen de manera lamentable a su ruina... Ciertamente que, como sabéis, estos pecados veniales se pueden expiar de muchas y muy loables maneras; pero para progresar cada día con más fervor en el camino de la virtud queremos recomendar con mucho encarecimiento el piadoso uso de la confesión frecuente, introducido por la Iglesia no sin una inspiración del Espíritu Santo, con el que aumenta el justo conocimiento propio, crece la humildad cristiana, se desarraigan las malas costumbres, se hace frente a la tibieza e indolencia espiritual, se purifica la conciencia, se robustece la voluntad, se lleva a cabo la saludable dirección de las conciencias y aumenta la gracia en virtud del sacramento. Advertan, pues, los que disminuyen y rebajan el aprecio de la confesión frecuente entre los jóvenes clérigos que acometen una empresa extraña al Espíritu de Cristo y funestísima para el Cuerpo Místico de nuestro Salvador» (Carta Encíclica de S. S. Pío XII sobre el Cuerpo Místico de Cristo).

Cuatro años más tarde vuelve el Sumo Pontífice sobre materia tan importante: «Puesto que, por otra parte, las opiniones manifestadas por algunos a propósito de la confesión frecuente son del todo ajenas al espíritu de Cristo y de su Es-

posa Inmaculada y verdaderamente funestas para la vida espiritual, recordamos lo que a este propósito hemos escrito con dolor en nuestra Encíclica *Mystici Corporis* e insistimos de nuevo para que propongáis a la seria meditación y a la dócil actuación de vuestros rebaños y especialmente de los candidatos al sacerdocio y al clero joven, cuanto allí hemos dicho con graves palabras» (Carta Encíclica *Mediator Dei* sobre la Sagrada Liturgia).

Al confesarse se ejercitan diversas virtudes agradables a Dios: fe, esperanza, amor, penitencia, humildad, obediencia, paciencia.

A una buena confesión siguen inmensa paz del alma y consuelo interno.

Tanto son más excelentes los efectos de la penitencia, cuanto mejores han sido la preparación y las disposiciones del penitente.

Por amor a nosotros y para proporcionarnos la paz instituyó Jesucristo, la noche del primer día de su resurrección, el sacramento de la penitencia. Es el regalo pascual del Resucitado a la humanidad. No debe, por lo mismo, parecernos una carga ni producirnos miedo, sino que debe ser motivo de santa alegría.

El que está obligado por su estado (los religiosos, por ejemplo) a la confesión semanal no debe omitirla sin una razón grave.

### **30. ¿Qué debemos hacer para recibir dignamente el sacramento de la penitencia?**

Para recibir dignamente el sacramento de la penitencia debemos:

- 1) examinar nuestra conciencia,
- 2) excitar en nuestra alma el arrepentimiento,
- 3) hacer un firme propósito,
- 4) confesar los pecados,
- 5) cumplir la penitencia impuesta.

Para estar en disposición de hacer esto bien y rectamente, debemos sobre todo invocar con devoción al Espíritu Santo.

### **31. ¿Cómo se hace el examen de conciencia?**

Se hace el examen de conciencia recorriendo los mandamientos de la ley de Dios y de la Iglesia, los siete pecados capitales, los santos votos, las reglas de la orden y las obligaciones del propio estado, preguntándonos a nosotros mismos si hemos pecado en alguno de estos casos, de pensamiento, palabra, obra u omisión.

Se puede también hacer el examen simplemente según nuestras relaciones para con Dios, nuestros prójimos y nosotros mismos.

En cuanto a los pecados mortales, hemos de examinarnos sobre el número de pecados y circunstancias importantes.

Hay que evitar dos extremos al hacer el examen: la ligereza y el escrúpulo. No hacerlo de corrida, ni tampoco angustiarse hasta el punto de convertirlo en un tormento. Para las personas de confesión semanal bastará de ordinario un examen de cinco a siete minutos.

Debemos fijarnos principalmente en las faltas que son origen de otras, en las faltas a las que se siente una mayor proclividad, en las que alteran de modo notable la paz de la casa o del convento, en aquellas cuya confesión nos cuesta más.

El examinar nuestra conciencia todos los días nos facilitará esta práctica espiritual.

Los escrupulosos deben en cada caso atenerse a las instrucciones del confesor. Sólo así cumplirán la voluntad de Dios y conseguirán la tranquilidad de conciencia.

### **32. ¿Cuándo tenemos arrepentimiento de nuestros pecados?**

Tenemos arrepentimiento de nuestros pecados cuando nos duele de todo corazón haberlos cometido.

Decir el acto de contrición con los labios solamente no es prueba de arrepentimiento. Para serlo, debe proceder del corazón. Tal fué el arrepentimiento de Magdalena, San Pedro y el publicano.

El arrepentimiento es obra de la voluntad. No es menester por tanto que se sienta un dolor sensible de los pecados. Quien dijere seriamente: «querría no haber cometido tal pecado, ojalá hubiera resistido al placer, ojalá me hubiera esforzado más», tiene verdadero dolor.

Generalmente el que quiere confesarse bien ya demuestra que tiene arrepentimiento de sus pecados. Una prueba cierta de dolor es un propósito firme y práctico.

### **33. ¿Cuándo es bueno el arrepentimiento en orden a la confesión?**

Nuestro arrepentimiento es bueno, si:

1) nos dolemos de todos los pecados, al menos de todos los mortales,

2) si nos dolemos porque hemos ofendido a Dios,

3) si nos dolemos tan seriamente que no querríamos recaer a ningún precio.

El dolor es lo más necesario en la confesión. Sin contrición no se perdonan los pecados. Debemos excitarnos al arrepentimiento antes de la confesión o, por lo menos, antes de la absolución.

El que se confiesa sólo de pecados veniales debe arrepentirse siempre de los pecados más graves de su vida pasada, acusándolos en la confesión. De esta suerte el arrepentimiento será más seguro, fácil y eficaz.

Para la validez de la confesión basta el dolor por miedo a los castigos divinos. Debemos sin embargo esforzarnos también porque sea el amor a Dios la causa de nuestro arrepentimiento y precisamente porque hemos ofendido a Dios, infinitamente bueno, nuestro inmenso bienhechor y amantísimo Padre.

### **34. ¿Cuál es el buen propósito?**

Buen propósito es la voluntad seria de mejorar de vida no pecando más.

### **35. ¿Cuándo es bueno nuestro propósito en orden a la confesión?**

Nuestro propósito es bueno cuando estamos decididos :

- 1) a evitar todos los pecados, al menos todos los graves,
- 2) a huir de las ocasiones próximas de pecar y a poner en práctica los medios para mejorarse,
- 3) a cumplir la penitencia impuesta y reparar los daños ocasionados.

Si se han confesado solamente pecados veniales, es menester en este caso arrepentirse por lo menos de uno de ellos, haciendo el correspondiente propósito de enmienda.

No sería inválida la confesión si, por ejemplo, no se quisieran evitar ciertos pecados veniales, mentiras, faltas de caridad. Eso sí, sería una confesión muy imperfecta.

Se entiende por ocasión próxima de pecar todo aquello que verosíblemente nos arrastrará al pecado: una persona, una compañía, un juego, un libro. «Quien ama el peligro caerá en él» (Eccli 3, 27).

La voluntad resuelta a evitar la ocasión próxima es la mejor piedra de toque para saber si el dolor y el propósito son buenos.

Vaya acompañado el propósito de la humilde desconfianza en las propias fuerzas y de inmovible confianza en el auxilio y gracia de Dios.

### **36. ¿Qué pecados se deben confesar?**

Hay obligación de confesar todos los pecados mortales de que se acuerde el penitente, con el número de veces que se ha caído y las circunstancias más importantes.

En cada confesión hay que acusar un pecado cierto y seguro, de lo contrario la confesión es inválida. Meras imperfecciones y pecados dudosos no son materia suficiente de absolución. De aquí que el que se confiesa con frecuencia debe acusarse de los pecados más graves de la vida pasada. Puede

hacerse con las siguientes palabras: «Me acuso de todos los pecados de mi vida pasada, especialmente de tal y tal» (todos los pecados contra la caridad fraterna, por ejemplo).

Confesar los pecados veniales no es obligatorio; es, sin embargo, bueno y saludable.

Cuando no se sabe si un pecado es mortal o venial, debe confesarse, si no juzgare otra cosa el confesor.

Quien declara sus tentaciones, debe referir cómo las ha combatido.

Para el verdadero progreso en la vida espiritual no es de poca importancia tener un confesor fijo, estable (SAN LEONARDO DE PORTO MAURIZIO).

No se deben revelar nombres de personas ni contar historias inútiles.

Los religiosos no hablen en el confesonario de las relaciones internas o externas de su convento u orden, cuando ello no fuere realmente necesario para la inteligencia de su acusación. Tampoco es lícito pedir al confesor que se entrometa, sea como fuere, en los negocios de la orden.

Circunstancias importantes son:

a) las que hacen que el pecado sea mortal (por ejemplo un robo notable, grave daño).

b) las que mudan la especie de un pecado ya de suyo mortal (por ejemplo los pecados contra la pureza de una persona que ha hecho voto de castidad).

### **37. ¿Cómo hay que proceder en la confesión de los pecados veniales?**

En la confesión de los pecados veniales puede procederse de la siguiente manera:

1) pueden confesarse todos los pecados veniales de que se tiene memoria, o

2) acusarse tan sólo de alguno o algunos de los que más obstaculizan el logro de una virtud.

Las dos maneras son buenas: la primera somete a la absolución sacramental mayor número de pecados, dejando quizá más tranquila el alma; mientras la segunda concentra toda la energía del espíritu en un punto decisivo de la vida espiritual, favoreciendo un mayor progreso en esta importante materia.

También se pueden usar ambos métodos recíprocamente entrelazados; empleando en las confesiones semanales el segundo método y una vez al mes, en el retiro mensual o cada cuatro semanas, acusando detalladamente todos los pecados veniales cometidos en el mencionado lapso de tiempo.

No es necesario indicar el número de pecados veniales cometidos. Con todo, es aconsejable hacerlo con una expresión genérica, por ejemplo, con las palabras: rara vez, a menudo, muy a menudo, casi siempre.

### **38. ¿Qué debemos hacer después de la confesión?**

Después de la confesión debemos :

- 1) dar gracias a Dios,
- 2) renovar el propósito hecho, principalmente el de evitar la mala ocasión,
- 3) cumplir inmediatamente, si es posible, la penitencia impuesta.

### **39. ¿Qué normas especiales rigen para la confesión de las religiosas?**

Para la confesión de las religiosas valen las siguientes especiales indicaciones :

- 1) las religiosas deben tener la ocasión de confesarse por lo menos una vez a la semana ;
- 2) deben confesarse por regla general con el confesor ordinario ;
- 3) deben confesarse cuatro veces al año con el confesor extraordinario o al menos presentarse a él y pedirle la bendición ;
- 4) pueden, para tranquilidad de su conciencia, confesarse con el confesor que elijan con tal que esté aprobado por el Obispo para oír confesiones de mujeres y se haga la confesión en la Iglesia u oratorio público o semi-público, o en otro lugar legítimamente designado para oír confesiones ;

5) las religiosas gravemente enfermas pueden llamar a cualquier sacerdote con facultad de oír confesiones de mujeres, y confesarse con él.

Siempre que una religiosa quiere confesarse bien, se confiesa «para tranquilidad de su conciencia».

Se considera grave la enfermedad si fácilmente puede poner en peligro la vida, o si ataca gravemente la salud de la religiosa, o la obliga a guardar cama por ocho o más días.

Si una religiosa quiere en los mencionados casos confesarse con otro confesor, la superiora no puede, ni por sí ni por otras personas, ni mediata ni inmediatamente, inquirir el motivo o poner dificultades.

Por lo demás, en todos estos casos, debe la religiosa conformarse con las prescripciones de su regla; debe, por ejemplo, no salir del convento sin permiso. No está obligada, sin embargo, a decir a la superiora que va a confesarse.

Abusando de esta libertad se hace culpable la religiosa de una falta no pequeña y de consecuencias peligrosas.

Deben las religiosas mirar a los confesores para ellas designados por el obispo, con ojos de fe, comunicándoles, como a representantes de Dios, humilde y sinceramente todas sus faltas y dificultades y siguiendo con docilidad sus indicaciones.

## II. LA CONFESIÓN GENERAL

### 40. ¿Qué es la confesión general?

La confesión general es una confesión en la que se repiten todas o muchas confesiones anteriores.

### 41. ¿Cuál es la utilidad de la confesión general?

La utilidad de la confesión general está en que:

- 1) uno aprende a conocerse mejor,
- 2) se reciben especiales gracias divinas,
- 3) se logra las más de las veces una extraordinaria paz de conciencia.

No es raro que una buena confesión general opere un fundamental y duradero mejoramiento de vida.

Después de una buena confesión general no se debe pensar más en los pecados pasados, detalladamente, ni prestar atención a las dudas que sobre ellos surgieren.

Sólo en el caso de que se recuerde un pecado mortal, del que se está cierto no haberlo confesado, hay obligación de confesar este pecado, y sólo éste, en la siguiente confesión.

#### **42. ¿Cuándo es obligatoria la confesión general?**

La confesión general es obligatoria si se han hecho una o más confesiones inválidas y no se han revalidado después.

La confesión es inválida:

a) si premeditadamente o por negligencia grave al hacer el examen de conciencia, no se confiesa un pecado mortal, o no se declaran el número y circunstancias importantes de los pecados mortales;

b) si no se tiene verdadero arrepentimiento o propósito firme de enmienda.

#### **43. ¿Cuándo es aconsejable la confesión general?**

La confesión general es aconsejable:

1) al abrazar un nuevo estado, por ejemplo, el matrimonio o la vida religiosa,

2) en tiempo de ejercicios,

3) como preparación a la muerte.

Las almas escrupulosas y timoratas deben, en lo que mira a hacer confesión general, atenerse a la decisión del confesor.

Al mudar de confesor es bueno dar al nuevo una información, siquiera genérica, sobre la vida pasada y sobre la situación actual del alma.

#### **44. ¿Qué debemos observar para hacer la confesión general?**

Para hacer la confesión general debemos:

1) hacer a fondo, con tranquilidad y tiempo, el examen de conciencia,

2) esforzarnos seriamente en excitarnos a contrición perfecta,

3) hacer propósitos prácticos y firmes.

Si bien no es necesario repetir en una confesión general los pecados mortales ya confesados, es aconsejable, no obstante, acusarse de ellos una vez más.

No se dejen de declarar las inclinaciones y hábitos pecaminosos.

### III. LA CUENTA DE CONCIENCIA

#### 45. **¿En qué consiste la cuenta de conciencia?**

La cuenta de conciencia consiste en manifestar el estado interno del alma al superior o director espiritual.

Quien consulta sobre cuestiones espirituales con el fin de esclarecer su espíritu, no da todavía cuenta de conciencia.

#### 46. **¿A qué cosas debe extenderse la cuenta de conciencia?**

La cuenta de conciencia debe extenderse:

1) al estado del cuerpo y del alma en general,

2) a la vida de piedad: ejercicios piadosos de cada día, recogimiento, recepción de sacramentos,

3) a la práctica de la virtud: examen particular, relaciones con los superiores y con los prójimos, observancia de las santas reglas, particulares ejercicios de penitencia y de virtud,

4) a las dificultades especiales: faltas más notables, tentaciones, temores.

Engañase a sí mismo el que por falsa prudencia oculta al director las cosas de su alma que éste debería conocer.

Séase breve y claro, humilde y dócil, siguiendo puntualmente las indicaciones y consejos del director espiritual.

#### **47. ¿Por qué debemos dar cuenta de conciencia?**

Debemos dar cuenta de conciencia porque nos:

- 1) procura la tranquilidad y la paz del corazón,
- 2) protege del propio engaño y de las imposturas de Satanás,
- 3) obliga a ejercitar la humildad, la sinceridad, la obediencia y otras virtudes,
- 4) atrae especiales bendiciones de Dios en la aspiración a la virtud.

Se complace Dios en guiar al hombre no inmediatamente, por sí mismo, sino por medio de otros hombres.

Nadie es buen juez en causa propia.

¡Cuán ciegos son muchos para sus debilidades y faltas! Todo el mundo las conoce y las ve, solamente ellos las ignoran. Y así pasan años y decenios arrastrando sus defectos, cuando una entrevista sincera, humilde y completa con un experimentado guía de almas, les abriría a tiempo los ojos, evitándoles, a sí mismos y quizás a otros, graves peligros.

#### **48. ¿Qué establece el derecho canónico sobre la cuenta de conciencia de las personas religiosas?**

El derecho canónico (Can. 530) establece sobre la cuenta de conciencia de las personas religiosas lo que sigue:

- 1) prohíbe terminantemente a los superiores exigir de sus súbditos cuenta de conciencia,
- 2) mas no prohíbe a los súbditos que expongan espontáneamente a sus superiores el estado de su alma,
- 3) más aún: exhorta a los súbditos a que se dirijan con confianza filial a sus superiores, exponiéndoles, si son al mismo tiempo sacerdotes, las dudas y angustias de su conciencia.

El superior no debe, por tanto, cuestionar al súbdito acerca del estado de su alma, por ejemplo, sobre los pecados o sus dificultades interiores; lícitamente puede informarse acerca de la observancia de la regla o sobre lo que todos pueden notar,

por ejemplo, sobre la observancia del silencio, de la caridad fraterna, acerca de la tristeza reflejada en el semblante.

Claro que al súbdito le es lícito rogar al superior que le pregunte cuanto desee saber.

Los maestros de novicios, los instructores, rectores y prefectos de colegios y otros con parecida responsabilidad, no son superiores en el sentido estricto. Pueden, por consiguiente, recomendar a sus subordinados que les manifiesten sus conciencias. Háganlo, sin embargo, con la máxima prudencia y sin el menor asomo de coacción.

Los superiores y educadores pueden ejercer enorme influjo en sus subordinados, aun cuando éstos no les abran sus conciencias. Las leyes generales de la vida espiritual y su experiencia personal les proporcionan indicios valiosos para evitar los peligros y para dirigir las aspiraciones de sus subordinados por el recto camino. Ante todo pueden darles una pauta práctica para la formación de un horario razonable o la elección de libros para la lectura espiritual y meditación. Los caracteres reservados han de ser tratados, por exigencia de su naturaleza, con particular bondad y prudente confianza.

#### IV. LA SAGRADA COMUNIÓN

##### **49. ¿Qué recibimos en la sagrada Comunión?**

En la sagrada Comunión recibimos a Jesucristo, Dios y hombre, para alimento de nuestra alma.

La sagrada Comunión es el sacramento por excelencia, porque en él recibimos, no sólo la gracia, sino al Autor mismo de la gracia.

##### **50. ¿Qué gracias produce en el alma la sagrada Comunión?**

La sagrada Comunión nos une más íntimamente con Cristo, fuente de todas las gracias, produciendo en el alma los siguientes especiales efectos:

- 1) aumenta su vida sobrenatural,

2) la limpia de los pecados veniales, preservándola de los mortales,

3) debilita sus malas inclinaciones y le da gusto y fuerza para obrar el bien,

4) es prenda de su resurrección gloriosa y de la vida eterna.

La sagrada Comunión es, por ende, de capital importancia para la consecución de la perfección.

## **51. ¿A quién le es lícito comulgar todos los días?**

Le es lícito comulgar todos los días al que:

1) estuviere libre de pecado mortal,

2) se acercare a la sagrada mesa con recta intención.

La santa Madre Iglesia desea ardientemente que todos los fieles comulguen con frecuencia, a ser posible todos los días, como era costumbre general en los primitivos tiempos del cristianismo. Juzgar de las buenas disposiciones en orden a la Comunión es cosa que compete al confesor. Se obra, por consiguiente, según el criterio de la Iglesia, yendo al confesor en busca de consejo y siguiendo su decisión con sencillez.

El que ha cometido pecado mortal debe confesarse antes de comulgar; no basta en este caso el arrepentimiento solo.

El que duda si ha pecado mortalmente, puede ir a comulgar, haciendo antes un acto de contrición perfecta. Mas, si tales dudas le ocurrieren con frecuencia, pida consejo al confesor para saber cómo comportarse en adelante.

Los pecados veniales, por ejemplo, distracciones voluntarias en la oración, impaciencias, pequeñas faltas de caridad fraterna, no nos hacen indignos de la Comunión, no debiendo dejar de comulgar a causa de estas faltas. Mas como tales faltas hacen menos fructuosa la recepción del sacramento, se deben borrar con un sincero acto de contrición, acercándose después con tanta mayor confianza a la mesa del Señor.

Pura es la intención cuando se comulga, por ejemplo, para preservarse del pecado o merecer más grados de gloria o agradar a nuestro Señor o por otro cualquier motivo sobrenatural. Por el contrario, no es pura la intención cuando se comulga por rutina, por el qué dirán, por vanidad o motivos parecidos.

Pierden parte del fruto espiritual para sí y para otros las almas que se abstienen de comulgar más frecuentemente por razones fútiles como serían preocupaciones, timidez, pereza, respeto humano, etc.

En su Encíclica sobre la Sagrada Liturgia exhorta Pío XII a los obispos: «Estimulad, venerables hermanos, en las almas confiadas a vuestro cuidado, el hambre apasionada e insaciable de Jesucristo; que vuestra enseñanza llene los altares de niños y de jóvenes que ofrezcan al Divino Redentor su inocencia y su entusiasmo; que los cónyuges se acerquen al altar a menudo para que, alimentados en la santa mesa, y, gracias a ella, puedan educar la prole que les ha sido confiada en el espíritu y en la caridad de Jesucristo; sean invitados los obreros para que puedan recibir el alimento eficaz e indefectible que restaure sus fuerzas y les prepare para sus fatigas el premio eterno en el cielo; convocad, en fin, a los hombres de todas las clases sociales y obligadlos a entrar, porque éste es el pan de vida del que todos tienen necesidad...»

## **52. ¿Cómo podemos prepararnos para la sagrada Comunión?**

Podemos prepararnos para la sagrada Comunión con las siguientes reflexiones y afectos:

1) ¿Quién viene? Jesús, Dios infinito, el Rey del cielo y de la tierra, mi Redentor y futuro Juez. Fe, adoración.

2) ¿A quién viene? A un pobre hombre pecador que le ha ofendido con frecuencia y gravemente. Humildad, arrepentimiento.

3) ¿Por qué viene? Movidado de amor y misericordia, a unirse íntimamente conmigo y enriquecerme con dones celestiales. Esperanza, amor, vehemente deseo de recibirle.

Cuanto mejor sea la preparación, tanto más copiosos serán los frutos de la sagrada Comunión.

Avisos parecidos a los que se han dado para la meditación valen para la Comunión. Se debe tomar un libro, especial-

mente cuando no puede uno fácilmente orar de memoria. Este aviso debe ser tenido muy en cuenta por los principiantes y por los demás en tiempo de sequedad y decaimiento.

### **53. ¿Qué debemos hacer después de comulgar?**

Después de comulgar debemos permanecer algún tiempo recogidos adorando a Jesús Sacramentado, en amorosos coloquios con Él, dándole gracias, ofreciéndonos a Él y pidiéndole beneficios para nosotros y para nuestros prójimos.

La acción de gracias dure, a ser posible, un cuarto de hora al menos. «La acción sagrada, que está regulada por particulares normas litúrgicas, no dispensa, después de haber sido realizada, de la acción de gracias a aquel que ha gustado el alimento celestial; antes bien, es muy conveniente que después de haber recibido el alimento eucarístico y terminado los ritos públicos se recoja e íntimamente unido al Divino Maestro se entretenga con Él en dulcísimo y saludable coloquio durante todo el tiempo que le permitan las circunstancias. Se alejan, por tanto, del recto camino de la verdad aquellos que, aferrándose a las palabras más que al pensamiento que las ha inspirado, afirman y enseñan que acabada la Misa no se debe prolongar la acción de gracias» (Pío XII en la Encíclica *Mediator Dei* sobre la Sagrada Liturgia).

En caso de tener que dejar la Iglesia inmediatamente después de haber comulgado, continúese por el camino la acción de gracias en silencio y recogimiento.

Los minutos en que Jesucristo, Dios y hombre, está presente verdadera y realmente en nuestro corazón, son los más preciosos y más felices de nuestra vida. Debemos, pues, pasarlos con el mayor recogimiento posible. Así lo exigen la consideración debida al Divino Huésped y nuestro propio bien.

Para hacer una buena Comunión no es menester experimentar devoción sensible. A pesar de las distracciones involuntarias y de la sequedad, habremos hecho una Comunión fructífera si al fin nos retiramos con la firme decisión de servir a Dios fielmente durante el día.

En cada Comunión se pueden ganar muchas indulgencias plenarias, rezando, por ejemplo, la oración a Cristo Rey o la

otra que empieza: «Mira, oh Buen Jesús...». Si las circunstancias lo permiten, récese tales oraciones para participar de las mencionadas indulgencias, pues:

a) dichas oraciones indulgenciadas son hermosas plegarias con las que pedimos gracias muy importantes,

b) las oraciones que debemos rezar a intención del Santo Padre son aplicadas por las necesidades de la Iglesia y muy agradables al Divino Redentor,

c) las almas benditas estarán muy contentas, quedándonos eternamente agradecidas.

Permanézcase recogido durante todo el día, continuando durante las horas que corren hasta el mediodía o hasta la caída de la tarde la acción de gracias y preparándose de nuevo desde dicha hora para la Comunión del día siguiente. De esta suerte se convertirá la Eucaristía en el centro de nuestra vida espiritual.

#### **54. ¿Cómo se hace la Comunión espiritual?**

La Comunión espiritual se hace:

1) preparándose brevemente como para la Comunión sacramental,

2) invitando a nuestro Señor Jesucristo a venir a nuestro corazón,

3) adorándole, dándole gracias, amándole y pidiéndole beneficios como si verdadera y realmente estuviere presente en nuestra alma.

#### **55. ¿Por qué debemos comulgar a menudo espiritualmente?**

Debemos comulgar a menudo espiritualmente:

1) porque la Comunión espiritual es agradable al Divino Salvador,

2) porque ella produce en nuestra alma frutos semejantes a la Comunión sacramental,

3) porque es muy fácil de hacer y se puede repetir cuantas veces se quiera.

Se puede hacer en todo tiempo, en todo lugar y en las circunstancias más diversas.

La Comunión espiritual frecuente es una magnífica preparación para la recepción real del Pan de los ángeles.

Hágase la Comunión espiritual especialmente:

- a) en días en que no se comulga sacramentalmente,
- b) en la visita al Santísimo Sacramento.
- c) después del examen particular,
- d) siempre que se sienta la inspiración de hacerla.

## *Capítulo cuarto*

### EL CUMPLIMIENTO DE LAS OBRAS DIARIAS, SEGÚN LA VOLUNTAD DE DIOS

#### I. CONCEPTO E IMPORTANCIA DE LAS OBRAS DIARIAS

#### **56. ¿Qué se entiende por obras diarias?**

Por obras diarias se entienden las obligaciones espirituales y profesionales que el cristiano tiene que cumplir cada día y cada hora según su estado, su horario y el consejo de su confesor o director.

Se distinguen:

a) según su valor intrínseco: en obras buenas (por ejemplo, orar, confesarse, trabajar) y en obras de suyo indiferentes (por ejemplo, comer, beber, dormir);

b) según su causa: en obras privadas que se hacen por propia elección y en obras obligatorias que están prescritas por el reglamento de la orden o el superior.

#### **57. ¿Por qué es tan importante que el cristiano realice, en cuanto cabe, perfectamente las obras diarias?**

Es tan importante que el cristiano realice en cuanto cabe perfectamente las obras diarias:

1) porque cumpliéndolas se satisface en gran parte la obligación de tender a la perfección,

2) porque de ello recibe Dios especial complacencia,

3) porque a ello está ligado el ejercicio y mérito de muchas virtudes.

Sentimiento del deber, fidelidad al deber y alegría en el cumplimiento del deber son las señales distintivas de un buen cristiano.

### **58. ¿Por qué se han de cumplir con esmero las obras más pequeñas e insignificantes?**

Han de cumplirse con esmero las obras más pequeñas e insignificantes:

- 1) porque para Dios nada hay pequeño e insignificante,
- 2) porque la concesión de gracias extraordinarias está vinculada muchas veces al perfecto cumplimiento de una obra insignificante.

«Muy bien, siervo bueno y fiel; porque has sido fiel en lo poco te constituiré sobre lo mucho; entra en el gozo de tu Señor» (Mat 25, 23).

«Lo pequeño es verdaderamente pequeño, mas ser fiel en lo pequeño es algo grande» (S. JERÓNIMO).

La fidelidad en lo pequeño es el secreto de la santidad.

### **59. ¿Qué hay que notar especialmente en cuanto a la doctrina del cumplimiento de las obras diarias?**

En cuanto a la doctrina del cumplimiento de las obras diarias hay que notar:

- 1) que es una gran equivocación omitir una obra impuesta por la obediencia para realizar otra por propia elección,
- 2) que no es difícil tender a la perfección,
- 3) que los jóvenes en particular deben poner todo su empeño en el perfecto cumplimiento de sus obligaciones cotidianas.

«Instruye al niño en su camino, que aun de viejo no se apartará de él» (Prov 22, 6).

## II. REQUISITOS PARA EL PERFECTO CUMPLIMIENTO DE LAS OBRAS DIARIAS

### A. Norma fundamental que ha de seguir el cristiano en su obrar

#### 60. ¿Qué debe tener el cristiano ante los ojos al obrar?

Al obrar debe el cristiano tener ante los ojos la obligación de aspirar a la perfección cristiana, esto es, querer, hacer y sufrir en todo momento por amor de Dios lo que Dios quiere, como lo quiere y porque lo quiere, odiando, por tanto, todo lo que es contra la voluntad de Dios y huyendo de ello.

De este modo, pensará y querrá como Dios piensa y quiere.

#### 61. ¿Qué debe hacer el cristiano para llegar a este amor de Dios?

Para llegar a este amor de Dios debe el cristiano :

1) considerar con frecuencia que es Dios el supremo y amabilísimo bien y que nos ama infinitamente,

2) dirigir los mayores esfuerzos y poner todo el interés en combatir las malas inclinaciones, que son los principales enemigos del amor perfecto.

#### 62. ¿Qué se requiere para que el cumplimiento de las obras diarias sea agradable a Dios?

Para que el cumplimiento de las obras diarias sea agradable a Dios se requiere :

1) el estado de gracia,

2) el conocimiento de la licitud de la obra,

3) la recta intención,

4) la manera y modo debidos en la realización de la obra misma,

5) el comportamiento después de la realización de la buena obra.

## **B. Estado de gracia**

### **63. ¿Quién se halla en estado de gracia?**

Se halla en estado de gracia quien está libre del pecado original y de todo pecado grave personal y es, en consecuencia, hijo de Dios y heredero del cielo.

### **64. ¿Tan indispensable es la gracia santificante?**

Tanto, que sin ella ninguna obra buena vale para el cielo.

No son, sin embargo, del todo inútiles las buenas obras hechas en estado de pecado mortal; antes bien, ayudan para alcanzar la gracia de la conversión.

Quien ha caído en pecado mortal o duda con fundamento si está en gracia, debe procurar con un acto de contrición perfecta, y tan pronto le sea posible con la confesión, recuperar el estado de gracia y seguir después cumpliendo sus obligaciones.

Debe acostumbrarse también el alma que aspira a la perfección a hacer un acto de contrición perfecta siempre que empiece una buena obra.

## **C. Conocimiento de la licitud de las obras**

### **65. ¿Qué se debe hacer cuando se duda de la licitud de una obra?**

Cuando se duda de la licitud de una obra se debe hacer lo siguiente :

1) se puede retardar la obra tratando de aclarar la cuestión con la oración y el estudio y, si es menester, consultando a personas competentes,

2) si no se pudiere retrasar la obra, debe hacerse lo que ante Dios pareciere mejor, atendidas las circunstancias.

No está permitida una acción por el mero hecho de ser buena en sí misma; deben considerarse también las circunstancias, particularmente la de tiempo. Así, bueno es rezar; hacerlo, sin embargo, en tiempo en que la obligación nos llama a otra cosa, es ilícito.

No pudiendo solucionarse la duda de si es lícita o ilícita una acción, es permitido en este caso tener por lícita la acción en favor de cuya licitud hay una razón sólida, aunque las razones de la ilicitud de la misma acción, sean de peso.

## **66. ¿Qué debemos hacer si dos obras se interfieren?**

Si dos obras se interfieren, de suerte que sólo podamos hacer una de ellas, debemos preferir siempre la que nos impone la obediencia a la que es de propia elección, y, de ordinario, la que mira al provecho del prójimo antes que la que se refiere a nuestra utilidad propia. En los demás casos, dése la preferencia a la obra más perfecta sobre la menos perfecta.

## **D. Recta intención**

### **67. ¿En qué consiste la recta intención?**

Consiste la recta intención en que se hace, se omite o se sufre algo por motivo sobrenatural.

No obra, pues, con recta intención quien se mueve por motivos puramente terrenos, naturales, como serían agradar a los hombres, alcanzar nombradía, evitar desazones.

Motivos sobrenaturales son:

- a) el miedo del castigo divino,
- b) la esperanza del premio,
- c) el deseo de agradar a Dios.

Hay, además de éstos, otros motivos sobrenaturales. En realidad son tantos como virtudes. Por ejemplo, se puede hacer algo por mortificación, obediencia, templanza, justicia, amor al prójimo, etc.

La más valiosa de todas las intenciones es aquella en que se obra por puro amor a Dios.

Debemos, por ende, esforzarnos en hacerlo todo por ese puro amor a Dios. Mas al mismo tiempo podemos y debemos excitar en nosotros otras intenciones.

En la misma acción podemos alimentar simultáneamente diversas intenciones buenas. Con ello acrecentamos su valor y mérito.

Unamos la intención a la que tuvo Jesús en su vida mortal y con la que tiene ahora en la gloria del cielo y en nuestros altares.

## **68. ¿Qué importancia tiene la recta intención?**

La recta intención tiene una importancia muy grande:

- 1) es necesaria para que una obra agrade a Dios y sea meritoria para el cielo,
- 2) confiere gran valor aun a las obras más pequeñas,
- 3) transforma en buenas las obras de suyo indiferentes.

El alma que se halla en estado de gracia está en lo esencial rectamente dirigida a Dios, poseyendo, por tanto, un cierto grado de recta intención. Ésta es suficiente para dar mérito a las obras buenas. Pero así como esta intención implícita se torna ineficaz por los designios malos del que obra, puede también intensificarse considerablemente con un acto explícito de recta intención.

Por causa de la recta intención el óbolo que echó la viuda en el gazofilacio adquirió tan alto valor a los ojos de Dios (Mc 12, 43).

Por el contrario, obras muy grandes pierden su valor cuando se hacen por motivos puramente terrenos. De aquí que Jesús dijera de los fariseos: «Ya han recibido su galardón» (Mt 6, 25).

## **69. ¿Cuándo debemos excitar la recta intención?**

Debemos excitar la recta intención cada mañana y renovarla a menudo a lo largo del día.

Especialmente debemos renovar la intención:

a) al empezar una obra muy diversa de la que le ha precedido, por ejemplo, antes del trabajo si precedentemente hemos orado,

b) antes de una obra muy importante, difícil o más larga de lo ordinario,

c) antes de obras insignificantes, molestas o incluso humillantes,

d) antes de acciones que son del agrado de la naturaleza y de la sensualidad, por ejemplo: antes de comer, beber, dormir.

Acostumbrémonos a decir jaculatorias apropiadas: «En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo». «Todo para gloria de mi Dios». «Todo por tu amor, Sacratísimo Corazón de Jesús». «Por ti y contigo, Dios mío». «Por tu amor, Dios mío».

## **70. ¿Cuáles son los impedimentos de la recta intención?**

Impedimentos de la recta intención son:

- 1) el amor propio,
- 2) la ambición vanidosa,
- 3) el respeto humano.

Con facilidad puede uno engañarse acerca de la intención que le guía. Cree uno que obra con la mejor intención, cuando en el fondo se mueve por fines rastroseros.

## **71. ¿Cuáles son las señales de una buena intención?**

Señales de una buena intención son:

- 1) aceptar con gusto y ecuanimidad todos los mandatos de los superiores,
- 2) no entristecerse inmoderadamente por los fracasos involuntarios que hayamos tenido,

3) ocultar en lo posible sus buenas obras a las miradas de los hombres,

4) no conmoverse ni por las alabanzas ni por las críticas humanas,

5) alegrarse de que otros trabajen con gran éxito a gloria de Dios,

6) en las cosas materiales (por ejemplo, comer, beber, dormir), no permitirse más de lo que la necesidad requiere,

7) obrar con prudencia, reflexión y calma.

## **72. ¿Cuáles son los indicios de una intención mala o puramente natural?**

Son indicios de intención mala o puramente natural :

1) aspirar a ocupaciones más destacadas u honrosas o ambicionar cargos, y por el contrario huir de los que nos desagradan o aceptarlos sólo con repugnancia y murmurando,

2) entristecerse inmoderadamente en los fracasos inculpables, apocándose,

3) buscar por diversos medios y caminos que se publiquen nuestras buenas obras,

4) informarse ávidamente sobre lo que piensan y dicen los demás de nuestras obras,

5) sentir celos y envidia de las buenas obras y éxitos ajenos,

6) en cosas materiales, por ejemplo, comer, beber, dormir, permitirse a sabiendas más de lo que la necesidad pide,

7) obrar imprudentemente, sin reflexión y con precipitación.

## **E. La debida realización de nuestras obras**

### **73. ¿Cómo realizaremos debidamente nuestras obras?**

Realizaremos debidamente nuestras obras si las haremos:

- 1) en el tiempo indicado íntegra y exactamente,
- 2) con diligencia, atención y gusto,
- 3) con modestia y calma y conformidad con la voluntad de Dios.

### **74. ¿Qué medios especiales debemos emplear para realizar a perfección nuestras buenas obras?**

Para realizar a perfección nuestras buenas obras debemos:

- 1) desear ardientemente hacerlo todo como se debe,
- 2) ir a obrar preparados con la oración y con energía,
- 3) considerar cada acción como la última de nuestra vida,
- 4) obrar en la presencia de Dios,
- 5) traer a la memoria el ejemplo de Cristo y unir nuestras acciones a las suyas.

## **F. Comportamiento después de la realización de la buena obra**

### **75. ¿Cómo debemos comportarnos después de haber realizado una buena obra?**

Cuando hemos realizado una obra buena debemos:

- 1) guardarnos de toda ambición, vanidad y jactancia,

2) glorificar a Dios, dándole gracias humildemente.

¡Qué sería de nuestras buenas obras si hubiésemos sido abandonados a nuestras propias fuerzas, y no nos hubiese sostenido Dios con la ayuda de su gracia!

**76. ¿Cómo debemos comportarnos si una acción se tuerce por culpa nuestra?**

Si por culpa nuestra una acción se tuerce debemos:

- 1) humillarnos ante Dios.
- 2) reconocer en su divina presencia nuestra falta, suplicándole nos perdone,
- 3) procurar evitar en lo sucesivo incurrir en aquella falta.

**77. ¿Cómo debemos comportarnos cuando una obra sale mal sin culpa nuestra?**

Cuando sin culpa nuestra una obra sale mal debemos someternos humildemente a la voluntad de Dios y, no obstante, alabarle.

### III. CONTENIDO DEL HORARIO

**78. ¿Qué se entiende por horario?**

Se entiende por horario la distribución de los ejercicios de piedad, trabajos y recreos en determinadas horas del día.

El establecimiento de un horario fijo y seguro es de capital importancia para aquel que tenga tiempo libre y pueda disponer de él.

En los conventos, la distribución del día está determinada en sus líneas generales por el horario conventual. Sin embargo,

también aquí cabe y es aconsejable que cada religioso lo concrete más exacta y determinadamente en lo que a sí se refiere.

El religioso que pasa fuera del convento algunos días o por largo tiempo vive fuera de casa o por cualquier motivo, enfermedad o trabajos especiales, no sigue en todo o en parte la vida de comunidad en el convento, no debe dejar de fijarse un horario.

## **79. ¿Qué debemos tener presente con relación al horario?**

Con relación al horario debemos tener presente lo que sigue:

- 1) en la distribución, atender primeramente a lo obligatorio; luego, a lo útil; por último, a lo agradable,
- 2) en el cumplimiento ser fiel y escrupuloso, mas sin impertinencia ni estrechez de criterio.

Para hacer el horario, pídase consejo a personas experimentadas.

Ante todo, las obligaciones para con Dios deben ocupar el lugar justo y conveniente.

Podemos apartarnos del horario sólo en caso de que a ello nos fueren motivos muy serios, como serían la caridad o la obediencia; no, en cambio, por antojo, hastío, pereza, ambición o celo intempestivo.

## **80. ¿En qué estriba la utilidad del horario?**

La utilidad del horario está en:

- 1) que nos fuerza a autodisciplinarnos, dando a nuestra vida sólida estabilidad,
- 2) que nos aparta de la ociosidad y nos facilita el buen empleo del tiempo,
- 3) que coloca todas nuestras obras bajo el meritorio yugo de la obediencia y así transforma nuestra vida en un ininterrumpido servicio de Dios.

**81. ¿Qué reglas de conducta se deducen de la doctrina sobre la forma de realizar santamente las obras diarias?**

De la doctrina sobre la forma de realizar santamente las obras diarias se deducen las siguientes reglas de conducta :

1) debemos estar convencidos de que nuestra perfección está ligada al exacto cumplimiento de nuestras obras cotidianas y ordinarias ;

2) debemos, pues, mirar la doctrina acerca de este punto como enseñanza fundamental de la vida cristiana, estudiándola sin cansarnos, hasta que consigamos practicarla con facilidad ;

3) no debemos dejarnos asustar por las dificultades a ello inherentes, porque con el auxilio de la gracia de Dios y con nuestra aplicación y diligencia nos será paulatinamente más fácil el cumplimiento exacto de nuestras obras diarias ;

4) debemos poner sumo empeño en que no se insinúe en nuestro espíritu ninguna manera de obrar que se oponga a los principios sentados anteriormente.

En la meditación y en el examen preguntémonos frecuentemente y con diligencia, cómo nos comportamos en los ejercicios de piedad y en el cumplimiento de nuestras obligaciones.

## *Capítulo quinto*

### LA ORACIÓN

#### I. LA ORACIÓN EN GENERAL

##### A. Esencia, valor, requisitos

#### **82. ¿Qué quiere decir oración?**

Oración quiere decir levantar el corazón a Dios para alabarle o darle gracias o para prestarle la reparación debida o pedirle mercedes.

Se distinguen, pues, oración de alabanza, de acción de gracias, de reparación y petición.

Hay dos clases de oración:

a) oración vocal, en la que se expresan con palabras las elevaciones del corazón,

b) oración interna o mental, que consiste en la sola elevación del corazón sin movimiento de labios.

También se divide en oración litúrgica o pública y privada. Ambas divisiones se entrecruzan. Litúrgicas son, en primer lugar, las oraciones que la Iglesia ha prescrito para la celebración de la santa Misa, para la administración de los Santos Sacramentos y para el Oficio Divino.

En la vida del sacerdote y del religioso desempeñan un papel importantísimo. Una de sus ocupaciones más principales es la de penetrar progresivamente, mediante el estudio y la meditación, en su espíritu y belleza.

A veces se da el nombre de oraciones litúrgico-populares a las contenidas en los libros de canto diocesanos. Consideradas en sentido estricto, son oraciones privadas, mas, porque se

publican por mandato y recomendación de los obispos, tienen especial importancia. Por lo demás, las divisiones de las distintas clases de oraciones no tienen siempre el mismo sentido en los distintos autores eclesiásticos.

La Liturgia se ocupa, a lo largo del año eclesiástico, ante todo, de la persona de Jesucristo. En sus ritos campea señera la figura de nuestro Salvador con los misterios de su vida oculta y pública, de su obra redentora y de su glorioso triunfo. La Liturgia fomenta grandemente por la fe y el amor, la unión con Jesucristo.

De aquí, pues, que deban los fieles tomar parte en la liturgia según la medida de sus fuerzas y vivir escrupulosamente el espíritu litúrgico del año eclesiástico.

La distinción entre devoción objetiva y subjetiva se apoya, como enseña el papa Pío XII en su Encíclica sobre la Santa Liturgia, en errores muy funestos que deben, por tanto, desaparecer de las obras ascéticas y litúrgicas. Toda oración buena no sólo es algo objetivo (real), por cuanto exige de parte del que reza un porte externo conveniente y se refiere a las realidades más sublimes, sino que es también algo subjetivo (personal), en cuanto que requiere la actividad de nuestras potencias superiores como son el entendimiento, la voluntad y la afectividad.

### **83. ¿Por qué debemos orar?**

Debemos orar:

- 1) porque Dios lo manda,
- 2) porque sin oración no recibiremos las gracias necesarias para salvarnos.

«Orad sin intermisión» (Thess 5, 17).

«Pedid y recibiréis», es decir, si no pedís, no recibiréis. Sin oración no podemos salvarnos ni mucho menos alcanzar la perfección.

### **84. ¿Cuáles son los frutos de la oración?**

Los frutos de la oración son los siguientes:

- 1) nos une con Dios y nos hace pensar en el cielo,

2) nos fortifica contra el mal y nos fortalece para el bien,

3) nos consuela en la tribulación y nos apoya en la necesidad,

4) nos alcanza la gracia de la perseverancia final.

Fruto principal de la oración debe ser el anhelo de una total entrega a Dios. Donde falta este efecto, la oración es floja o se hace mal.

Quien reza, especialmente el que se da a prolongados ejercicios piadosos (Misa, breviario, meditación, Rosario, Vía crucis, lectura espiritual), debe hacerlo penetrado de este pensamiento: Deseo ser mejor, quiero cumplir la voluntad de Dios más perfectamente. Es éste uno de los principios fundamentales de la vida espiritual no comprendido por muchos.

## **85. ¿Qué debemos hacer antes de la oración?**

Antes de la oración debemos:

1) ponernos en la presencia de Dios,

2) hacer un acto de arrepentimiento,

3) pedir la ayuda divina,

4) esforzarnos en alejar de nosotros los cuidados y pensamientos terrenos.

Empléese este modo de prepararse, al menos en las oraciones más largas.

El mismo Espíritu Santo nos pide que nos preparemos para orar: «Antes de la oración prepárate y no seas como quien tienta a Dios» (Eccli 18, 23).

## **86. ¿Cómo debemos orar?**

Debemos orar:

1) con humildad y reverencia,

2) con atención y devotamente,

3) con fe y confianza,

- 4) con resignación a la voluntad de Dios,
- 5) con frecuencia y perseverancia.

Oramos con humildad si al orar reconocemos nuestra pobreza, debilidad e indignidad (Parábola del fariseo y el publicano).

Oramos con reverencia al adoptar una actitud conveniente, no precipitándonos, vigilando nuestros sentidos, y, si se trata del Oficio Divino, observando escrupulosamente las rúbricas.

Oramos con atención y devotamente cuando tratamos de pensar sólo en Dios, desechando las distracciones.

Oramos con fe y confianza cuando esperamos firmemente que Dios escuchará nuestra plegaria, siempre que lo pedido redunde en honor suyo y salud de nuestra alma.

Oramos con resignación a la voluntad de Dios si dejamos al albedrío de Dios el atendernos cuando y como Él quiera.

Oramos, por último, con frecuencia y perseverancia, cuando continuamos orando aunque Dios no nos oiga inmediatamente.

### **87. ¿Por qué no alcanzamos siempre lo que pedimos?**

No alcanzamos siempre lo que pedimos o porque no hemos pedido rectamente o porque lo pedido no nos conviene para nuestra alma.

### **88. ¿Qué debemos hacer después de la oración?**

Después de la oración debemos:

- 1) dar gracias a Dios,
- 2) ofrecerle la oración,
- 3) pedirle perdón de las faltas tal vez cometidas.

## **B. Distracciones y aridez**

### **89. ¿Qué son distracciones?**

Distracciones son pensamientos e imaginaciones ajenos que nos apartan de la oración.

## **90. ¿De dónde pueden provenir las distracciones?**

Las distracciones pueden provenir :

- 1) de nuestras pasiones y apetitos desordenados,
- 2) de la inconstancia de nuestro espíritu,
- 3) de las impresiones de nuestros sentidos corporales,
- 4) de nuestras preocupaciones, asuntos y trabajos materiales,
- 5) de la sugestión del espíritu malo,
- 6) por particular permisión de Dios.

## **91. ¿Cuándo son culpables las distracciones?**

Las distracciones son culpables :

- 1) cuando las provocamos nosotros mismos,
- 2) cuando voluntariamente las albergamos,
- 3) cuando las combatimos negligentemente.

## **92. ¿Cómo debemos comportarnos en las distracciones?**

En las distracciones debemos :

- 1) apartarnos inmediata y resueltamente de los pensamientos ajenos a la oración, tornando suavemente al asunto de la misma,
- 2) ante el inminente peligro de consentir en ellas, recordar la presencia de Dios.

## **93. ¿En qué consiste la aridez en la oración?**

La aridez en la oración es el estado del alma en el cual ésta no siente devoción alguna, antes fastidio y hastío, y sólo a costa de grandes esfuerzos es capaz de despertar santos afectos.

La distracción es un impedimento directo de la función del entendimiento, mientras que la aridez lo es de la voluntad.

#### **94. ¿De dónde puede originarse la aridez en la oración?**

La aridez en la oración puede originarse :

1) por nuestra propia culpa : en especial, por falta de preparación, por una postura poco respetuosa, poca vigilancia de los sentidos y voluntarias distracciones,

2) sin culpa nuestra : por indisposición corporal, cansancio del espíritu o especial permisión de Dios.

#### **95. ¿Cómo debemos conducirnos en la aridez espiritual?**

En la aridez espiritual debemos :

1) apartar las causas, si está en nuestra mano,

2) no entristecernos ni desanimarnos en demasía,

3) no abandonar la oración ni abreviarla en ningún caso.

Una oración hecha en medio de grande aridez, es frecuentemente más agradable a Dios y nos aprovecha más que una oración con devoción sensible.

## **II. LA ORACIÓN VOCAL**

### **A. De la oración vocal en general**

#### **96. ¿Cuántas clases hay de oración vocal?**

Hay dos clases de oración vocal :

1) la litúrgica o pública, esto es, la oración hecha por sacerdotes o religiosos y por los miembros de las distintas órdenes terceras en nombre y por mandato de la Iglesia,

2) la oración privada.

La oración pública llámase también oficio eclesiástico o divino. Es oración pública aunque se recite sólo por el sacerdote

o religioso, así como la oración privada mantiene su carácter de privada aunque recen muchos juntos.

«Hay además algunos ... que se esfuerzan por insinuar entre las gentes que las oraciones dirigidas a Dios en privado son de poca monta, mientras que las que valen de hecho son más bien las públicas, hechas en nombre de la Iglesia, ya que brotan del Cuerpo Místico de Jesucristo. Todo eso es ciertamente erróneo, porque el Divino Redentor tiene estrechamente unidas a sí, no sólo a su Iglesia como a esposa que es amadísima, sino en ella también a las almas de cada uno de los fieles con quienes ansía conversar muy íntimamente, sobre todo después que éstos se acercan a la mesa eucarística. Y aunque la oración común y pública, como procedente de la misma Madre Iglesia, aventaja a todas las otras por razón de la dignidad de la esposa de Cristo, sin embargo, todas las plegarias, aun las dichas muy en privado, lejos de carecer de dignidad y virtud, contribuyen mucho a la utilidad del mismo Cuerpo Místico en general, ya que, en él, todo lo bueno y justo que obra cada uno de los miembros redundan, por la Comunión de los Santos, en el bien de todos» (Encíclica sobre el Cuerpo Místico de Cristo, de S. S. Pío XII).

## **97. ¿A qué podemos dirigir nuestra atención en la oración vocal?**

Podemos dirigir nuestra atención en la oración vocal:

- 1) a la recta pronunciación de las palabras y de las frases y a la debida postura del cuerpo,
- 2) al sentido de las palabras y de las frases,
- 3) simplemente a Dios y a las cosas divinas sin fijarnos en el sentido de las palabras o de las frases.

Para que valga la oración vocal es indispensable la primera manera de atención; sin embargo, es más perfecta la segunda forma, ya que es «la más natural y la más útil, la más fácil y también la más ventajosa y fructuosa» (ZIMMERMANN S. I.). La tercera manera es asimismo excelente y permitida también en el rezo del Oficio Divino. Se puede, por ejemplo, cuando se siente para ello el impulso de la gracia, durante el Oficio, me-

ditar los misterios de la fiesta del día o de la pasión de Cristo sin atender al sentido de las palabras. No pocos santos y varones espirituales han recomendado y practicado esta manera de orar.

Ejercítense los principiantes en la primera manera de atención. Más tarde elija cada uno la manera por la que experimenta una inclinación fuerte y firme. También es lícito usar ya de una, ya de otra, según los tiempos y propias necesidades.

Acostúmbrese el joven cristiano a hacer sus oraciones con la mayor atención que le fuere posible. «Es muy de lamentar que en este tiempo de pobreza y debilidad espirituales, nada haya que deshonre más a menudo a Dios y lo ofenda con pecados, veniales cuando menos, como la oración vocal distraídamente hecha» (NEUDECKER, *Geistesschule* 1, 201).

## **B. El Oficio Divino**

### **98. ¿Qué valor tiene el Oficio Divino?**

El Oficio Divino tiene un valor extraordinario porque:

- 1) se recita en nombre de la santa Iglesia,
- 2) en lo esencial, está constituido con oraciones que han sido inspiradas por el mismo Espíritu Santo,
- 3) contiene las más hermosas y profundas enseñanzas,
- 4) es un trasunto de lo que los ángeles hacen en el paraíso.

Muy agradable a Dios es el rezo del Oficio Divino en común o en coro. Al rezo en común pueden aplicársele las palabras del divino Salvador: «Donde están dos o tres congregados en mi nombre allí estoy yo en medio de ellos» (Mt 18, 20).

San Leonardo de Porto Maurizio meditaba los misterios de la pasión de Cristo durante el rezo de las horas canónicas, según la siguiente distribución: meditaba en el primer nocturno de Maitines, el lavatorio; en el segundo, la institución del Santísimo Sacramento del altar; en el tercero, la oración de Cristo en el huerto de los Olivos; en Laudes, la prisión y los despre-

cios ante los tribunales; en Prima, la flagelación; en Tercia, la coronación de espinas; en Sexta, la cruz a cuestas; en Nona, la muerte de Jesús en la cruz; en Vísperas, las cinco llagas de Jesús crucificado; en Completas, la sepultura.

Al rezo del Oficio ante el Santísimo Sacramento — no es menester que esté expuesto — hay concedidas determinadas indulgencias.

### C. La oración vocal privada

#### 99. ¿Por qué debemos aplicarnos también a la oración vocal privada?

Debemos aplicarnos también a la oración vocal privada porque:

- 1) santifica los órganos que participan en ella,
- 2) sostiene la atención y devoción.

Entre las oraciones vocales son las más recomendables:

- a) el Padrenuestro,
- b) el Avemaría,
- c) el Rosario,
- d) las horas canónicas.

Los cánticos religiosos son al mismo tiempo excelentes oraciones. Quien canta con devoción reza dos veces. Del canto popular litúrgico y eclesiástico vale lo que San Agustín escribe en sus confesiones (9, 6): «Cuánto lloré entre himnos y cánticos, vivamente conmovido por el suave canto de tu Iglesia. Aquellas voces resonaban en mis oídos, instilaban la verdad en mi corazón y me inspiraban sentimientos de devoción, y las lágrimas corrían y me hacían bien» (citado por S. S. Pío XII en la Encíclica sobre la Liturgia).

Los principiantes en la vida espiritual, que todavía no saben meditar, deben aplicarse a rezar atentamente las oraciones vocales. Los simples fieles sacarán del rezo privado del Oficio Divino el fruto espiritual deseado sólo si poseen la preparación requerida y se sienten suave y fuertemente inspirados a hacerlo. Pero aun en este caso tengan presente este principio: más vale poco y bien que mucho y mal.

## **100. ¿Qué se debe notar principalmente en relación a la oración privada?**

En relación a la oración privada hay que notar lo siguiente:

- 1) no hay que sobrecargarse de oraciones privadas (devociones),
- 2) désele a cada oración el rango que le haya sido asignado por la regla o los superiores,
- 3) háganse con atención y devoción.

### **D. Oraciones de la mañana y de la noche**

## **101. ¿Qué actos debe comprender la oración de la mañana?**

La oración de la mañana debe comprender los actos de:

- 1) acción de gracias a Dios por la protección durante el sueño,
- 2) adoración y recta intención,
- 3) súplica a Dios pidiendo que nos proteja durante el día,
- 4) invocación a la Santísima Virgen, al Santo Ángel de la Guarda y a los Santos de nuestra mayor devoción,
- 5) renovación de los buenos propósitos.

Lo mejor es aprender de memoria una devota oración para la mañana y otra para la noche.

Mucho importa hacer bien la oración de la mañana. Empezar bien es la mitad del triunfo. Dios quiere ser honrado precisamente con las primicias de las obras del día.

Ya al despertar, dirigir inmediatamente el pensamiento a Dios y recordar el asunto de la meditación.

Llegada la hora de levantarse, no hacer concesiones a la pereza quedándose en la cama, sino levantarse inmediatamente.

## **102. ¿Qué partes debe comprender la oración de la noche?**

La oración de la noche debe comprender las siguientes partes:

- 1) acción de gracias a Dios por los favores recibidos en el curso del día,
- 2) serio examen de conciencia,
- 3) un acto de arrepentimiento,
- 4) el ofrecimiento del descanso de la noche,
- 5) una súplica a Dios implorando su protección para el reposo nocturno,
- 6) invocación a la Santísima Virgen, al Ángel Custodio, a los Santos protectores, especialmente a San José, para obtenernos una buena muerte.

De la oración de la noche depende con frecuencia el reposo nocturno y la aceptación del mismo por parte de Dios.

Empezarlo todo con Dios y todo acabarlo con Él, es la vida mejor que llevar se puede.

Nunca irse a la cama sin haber hecho antes un acto de perfecta contrición.

## *Capítulo sexto*

### LA MEDITACIÓN

#### I. ESENCIA Y VALOR DE LA MEDITACIÓN

#### **103. ¿Qué es meditar?**

Meditar es reflexionar atentamente sobre una verdad religiosa para con ello iluminar la inteligencia y excitar la voluntad a la oración y tomar saludables resoluciones.

#### **104. ¿Qué ventajas especiales nos proporciona la oración mental?**

La oración mental nos proporciona las siguientes ventajas:

- 1) fomenta el conocimiento, tan necesario, de lo bueno y de lo malo,
- 2) enriquece nuestra memoria con pensamientos devotos,
- 3) nos ofrece oportunidad y estímulo para hablar familiarmente con Dios,
- 4) nos incita a concebir propósitos buenos y eficaces.

A la meditación se aplican las palabras de la Sagrada Escritura: «Todos los bienes me vinieron juntamente con ella y en sus manos me trajo una riqueza incalculable» (Sap 7, 11).

Los Santos se dieron fervorosamente a la oración mental y no se cansaron de elogiar su excelencia.

«Cuán grande aprecio hayan de tener todos de la meditación de las cosas celestiales, se demuestra no sólo por las enseñanzas de la Iglesia, sino también por el uso y el ejemplo de todos los santos» (Pío XII en la Encíclica sobre el Cuerpo Místico de Cristo).

## 105. ¿Es muy necesaria la meditación?

Tanto, que sin el ejercicio frecuente y adecuado de la misma no nos es posible llegar a la perfección.

Así aparece:

a) de muchos lugares de las Escrituras Santas: «De no haber sido tu ley, oh Señor, mi meditación, ya hubiera yo perecido en mi aflicción» (Ps 118, 92);

b) de las sentencias de los santos padres: según San Juan Crisóstomo, por ejemplo, es tan necesaria la meditación al alma para la conservación de su vida espiritual, como lo es el alma al cuerpo para la conservación de la vida corporal;

c) del raciocinio: sin frecuente meditación no llega el hombre al necesario conocimiento del bien y del mal ni de sí mismo, ni a la entrega total a Dios;

d) de la historia y cotidiana experiencia: quien es negligente en la meditación comete muchas imperfecciones y pecados, aunque esté instruído en otras materias de la vida espiritual.

Por ello debemos:

a) apreciar, amar y practicar la meditación a lo largo de toda nuestra vida;

b) estar convencidos de que nos dañamos gravemente cuando sin motivo justificado suprimimos o acortamos la meditación;

c) estar persuadidos de que omitir largo tiempo la meditación equivale a renunciar a la perfección y al deseo de verse libre de las desordenadas inclinaciones de la naturaleza.

La oración mental no está en contradicción con la oración litúrgica, antes forma con ella una misma cosa. Juntamente con el examen de conciencia, los ejercicios espirituales, la visita al Santísimo Sacramento y el santo Rosario, pertenece a las formas devocionales «de las que no pueden ser extrañas la inspiración y la acción del Espíritu Santo; en efecto ellas... tienden todas a convertir y dirigir a Dios nuestras almas para que las purifi-

que de los pecados, las anime a la consecución de la virtud y, por último, para que las estimule a la verdadera piedad... Y además, infundiendo intensamente en los fieles la vida espiritual, los dispone a participar en las sagradas funciones con mayor fruto y evitan el peligro de que las oraciones litúrgicas se reduzcan a un vano ritualismo» (Pío XII en la Encíclica sobre la Sagrada Liturgia).

## **106. ¿Es fácil la meditación?**

La meditación es tan fácil que no necesitamos hacer, en relación a una verdad religiosa, otra cosa que lo que hacemos de ordinario y sin esfuerzo en los asuntos temporales, a saber:

- 1) recordar lo pasado mediante la memoria,
- 2) hacer las consideraciones adecuadas al caso mediante la inteligencia,
- 3) mediante la voluntad decidir y resolver oportunamente.

La meditación nos será ciertamente fácil, ejercitándonos en ella, pidiendo frecuentemente a Dios la gracia de hacerla bien y siguiendo puntualmente las enseñanzas de los varones espirituales sobre esta materia. En gran parte, el éxito depende de la preparación remota y próxima.

## **II. MÉTODO DE MEDITAR POR LAS TRES POTENCIAS**

### **107. ¿Qué actos comprende el método de las tres potencias del alma?**

El método de las tres potencias del alma comprende los siguientes actos:

- 1) la preparación,
- 2) la meditación propiamente dicha, que consiste en que:
  - a) mediante la memoria, el alma se representa la verdad propuesta para la meditación,

b) mediante el entendimiento considera de cerca la verdad, aplicándola a la vida práctica,

c) mediante la voluntad despierta los afectos correspondientes, haciendo súplicas y propósitos,

3) la conclusión.

Estas tres partes se dan, consideradas en su esencia, en cualquier meditación bien hecha. Pueden, sin embargo, aplicarse de modo diverso. De aquí que se distingan varios métodos de oración. Sólo explicaremos los principales.

En primer lugar trataremos del así llamado método de las tres potencias porque en él se puede mostrar cuáles son los actos esenciales que han de realizar la memoria, el entendimiento y la voluntad en cualquier sistema de meditación.

No quiere esto decir que deba el principiante seguir este método. Los otros métodos son en parte más sencillos y más fáciles.

## **A. Preparación de la meditación**

### **108. ¿En qué consiste la preparación remota para la meditación?**

La preparación remota para la meditación consiste en:

1) llevar constantemente una vida de recogimiento y mortificación,

2) preparar de antemano el tema de la meditación, determinar los afectos y fijar los propósitos que se han de hacer.

El que no vive recogido y mortificado, sino que a menudo quebranta el silencio, vigila mal sus ojos y su fantasía y domina poco sus malas inclinaciones, no logrará hacer bien por mucho tiempo la meditación. Quien durante el día se cuida poco de Dios, poco caso hará Dios de él en el tiempo de la meditación. Aquí está la causa primordial de que para muchos cristianos sea la meditación tan difícil y tan poco provechosa.

La preparación de la materia de la meditación, de los afectos y propósitos es de suma importancia para el éxito de la

misma. No hay que desanimarse en el empeño de hacerla bien todos los días.

Lo mejor es preparar la noche antes la meditación, siguiendo un libro de meditaciones.

Duérmase con el pensamiento puesto en el asunto de la meditación del día siguiente, y, al levantarse, piénsese en Dios y en los puntos de la meditación.

Medíttese preferentemente la vida y pasión de nuestro Señor Jesucristo.

Es aconsejable meditar varios días seguidos sobre la misma materia.

También es bueno que, siguiendo el ejemplo de San Pedro de Alcántara y de San Leonardo de Porto Maurizio, nos señalemos un determinado tema de meditación para cada uno de los días de la semana. Se nos hará tan familiar este tema que, penetrados de su espíritu, no necesitaremos apenas preparación especial. A él se recurrirá, ante todo, cuando el alma se sienta a él inclinada o cuando no se haya podido preparar otra materia particular de meditación. Pero aun en este caso se recomienda que la noche anterior se repase brevemente la meditación señalada para la mañana siguiente.

Tratándose de las verdades eternas, se pueden meditar el lunes nuestro fin y destino, el martes el pecado, el miércoles muerte y juicio, el jueves el infierno, el viernes la misericordia de Dios, el sábado Cristo nuestro modelo, y el domingo el cielo.

En caso de elegir la pasión de Cristo, puede hacerse la siguiente distribución: el lunes Jesús en el huerto, el martes la flagelación, el miércoles la coronación de espinas, el jueves el porte de la cruz, el viernes la crucifixión, el sábado María junto a la cruz, el domingo la resurrección (SAN LEONARDO DE PORTO MAURIZIO).

## **109. ¿En qué consiste la preparación próxima para la meditación?**

La preparación próxima para la meditación consiste en que al principio de la misma:

- 1) el alma se coloca con fe viva en la presencia de Dios,
- 2) reza con gran devoción la oración preparatoria,
- 3) hace atentamente los dos preludios.

El éxito depende mucho de esta preparación próxima, ya que influye decisivamente en el curso de la meditación.

### **110. ¿Qué ha de contener una buena oración preparatoria?**

Una buena oración preparatoria ha de contener principalmente los siguientes afectos:

- 1) de adoración y humildad,
- 2) de contrición y dolor,
- 3) de confianza,
- 4) de súplica, pidiendo la asistencia de Dios.

Es aconsejable hacer siempre la misma oración preparatoria. Apréndase una de memoria. Para este caso puede servir la siguiente:

«¡Oh Dios mío!, tú estás aquí presente. Mírasme con amor infinito, penetras mi interior y conoces mis más secretos pensamientos. Te adoro con la más profunda humildad, temor, reverencia y amor. Reconozco que he pecado muchas veces y gravemente, no siendo digno de presentarme ante tu divina presencia. Pero detesto todos mis pecados porque con ellos te he ofendido a ti, mi bien infinito, mi Padre amantísimo y amigo y bienhechor munificentísimo. Confiando en tu misericordia aquí estoy ahora para meditar tus santas verdades y enseñanzas. Ilumina mi mente para que las conozca bien y las aplique prácticamente a mi vida, inflama mi corazón con santos afectos y súplicas fervientes y mueve mi voluntad a tomar saludables resoluciones. Concédeme como especial fruto de esta meditación la gracia de... María Santísima, San José, Santo Ángel de mi Guarda, santos protectores míos, pedid por mí a fin de que haga bien la meditación y mejore mi vida. Amén.»

### **111. ¿En qué consisten los preludios?**

Los preludios consisten en:

- 1) representarse el lugar donde se realizó el suceso de la meditación o la persona que ha anunciado la verdad propuesta en la meditación,

2) pedir la gracia especial que corresponde al asunto de la meditación.

En la meditación del nacimiento de Cristo, por ejemplo, representése el establo y la cueva de Belén y pídase el espíritu de pobreza y humildad.

Siendo el tema de la meditación las palabras: «Bienaventurados los limpios de corazón porque ellos verán a Dios», se puede representar a Jesús predicando esta verdad a la muchedumbre. Imaginémonos estar en medio de sus oyentes y pídase la gracia de una gran limpieza de corazón.

En todo caso podemos representarnos a Jesús presente en el tabernáculo o en nuestro propio corazón y pedir la gracia de conocer y amar mejor a Dios.

Sean los preludios breves y precisos, no perdiendo el tiempo en nimiedades.

Si alguno, por propia experiencia, sabe que no le reportan bien alguno estos preludios, puede dejarlos tranquilamente.

## **B. Meditación propiamente dicha**

### *a) Actividad de la memoria y del entendimiento*

#### **112. ¿Cómo nos representaremos el asunto de la meditación por medio de la memoria?**

Podemos representarnos el asunto de la meditación por medio de la memoria:

1) o bien recordándolo simplemente,

2) o ayudados de la fantasía, representándonoslo como si lo viéramos, oyéramos o le percibiéramos ante nosotros.

Las operaciones de la memoria y del entendimiento no se distinguen rigurosamente entre sí, sino que más bien se entrelazan recíprocamente.

Las representaciones de la fantasía son muy fáciles en asuntos históricos, por ejemplo, en los dolores de la pasión de Cristo. Hay que evitar, sin embargo, exageraciones y esfuerzos mentales.

En la representación del asunto de la meditación se debe emplear poco tiempo; más importantes son los otros ejercicios.

### **113. ¿Qué preguntas puede hacerse el entendimiento cuando el asunto de la meditación es un hecho?**

Cuando el asunto de la meditación es un hecho puede el entendimiento hacerse las siguientes preguntas: ¿dónde? ¿cuándo? ¿qué? ¿cómo? ¿con qué medios? ¿para qué?

La meditación puede versar, por tanto, sobre las personas (¿quién?), las acciones que realiza y los hechos que suceden (¿qué?), el lugar (¿dónde?), los medios y las fuerzas con que obra (¿con qué?), las razones y designios de los agentes (¿por qué?), las circunstancias más próximas (¿cómo?), y el tiempo (¿cuándo?).

Ejemplo: Jesús sufre el miedo de la muerte en el huerto de los Olivos.

a) ¿Quién? Jesús, el Unigénito del Padre, el purísimo e impecable, mi hermano y amigo y mi adorable Salvador (fe, admiración, adoración).

b) ¿Dónde? En el huerto de Getsemaní, en las densas tinieblas y soledad de la noche (quiero, Jesús mío, permanecer junto a ti y consolarte).

c) ¿Cuándo? En las últimas horas de la noche, después de la institución de la Eucaristía como preludio de su dolorosa pasión y muerte (agradecimiento por los beneficios recibidos hasta ahora).

d) ¿Qué? Sudor de sangre y tristeza indecible, espantosos tormentos en cuerpo y alma (compasión).

e) ¿Cómo? Con gran paciencia y santo abandono a la voluntad de su Padre (admiración, pidiendo tales virtudes).

f) ¿Por qué? Para restablecer el honor del Padre (ofrecimiento de la pasión de Cristo a Dios Padre), para reparar mis pecados (arrepentimiento, agradecimiento, confianza, súplica), para expiar los pecados de mis hermanos los hombres (agradecimiento, reparación, súplica por la conversión de los pecadores y de celo y éxito para los sacerdotes).

g) Propósito: hoy quiero por amor tuyo, Jesús mío, sobrellevar tales trabajos ...

h) Flor espiritual: Jesús ha derramado su sangre por nosotros.

#### **114. ¿Qué cuestiones puede proponerse el entendimiento, cuando la materia de la meditación es una virtud?**

Quando la materia de la meditación es una virtud puede el entendimiento proponerse las siguientes cuestiones:

- 1) ¿En qué consiste la esencia de esta virtud?
- 2) ¿Cuáles sus características y efectos?
- 3) ¿En qué consisten su excelencia y ventajas?
- 4) ¿Cuál es el vicio contrario y qué pensar con relación a él?
- 5) ¿Qué personas se distinguieron en esta virtud y cuáles por el vicio contrario?

Ejemplo: la virtud de la humildad.

a) Esencia: es humilde quien se aprecia en poco, considerando por un lado la infinita grandeza de Dios y por otro su propia miseria (reconocimiento de la grandeza de Dios y de la propia maldad y miseria).

b) Características y efectos: el humilde atribuye todo el bien a Dios, a sí mismo el mal, a nadie se antepone y se complace en ser menospreciado y olvidado. ¿Me comporto yo así? (confusión y arrepentimiento).

c) Importancia y ventajas: el humilde es amado de Dios y de los hombres, goza de profunda paz, está a cubierto de los engaños de Satanás y progresa muchísimo en la virtud. (¿Se dan en mí estas señales? Deseo de poseer la humildad y súplica pidiéndola).

d) Su contrario: la soberbia y la vanidad. Dios resiste al soberbio (temor y súplica).

e) Ejemplos de humildad: Jesús, María y José, los Santos todos (pedir la humildad).

f) Ejemplos de soberbia: los ángeles malos, los herejes (temor, arrepentimiento).

g) Propósito: quiero aceptar con alegría tales humillaciones...

h) Flor espiritual: «Jesús manso y humilde de corazón, haz mi corazón semejante al tuyo.»

### **115. ¿Qué preguntas puede hacerse el entendimiento cuando la meditación versa sobre una falta o un vicio?**

Cuando la meditación versa sobre una falta o un vicio, puede el entendimiento hacerse las siguientes preguntas:

- 1) ¿En qué consiste la esencia de esta falta o vicio?
- 2) ¿De qué depende que sea necio y odioso?
- 3) ¿Qué daños causa al bien temporal y eterno del hombre?
- 4) ¿Cuáles son sus fuentes y raíces?
- 5) ¿Qué personas han sido víctimas de este vicio y son por lo mismo ejemplos que infunden repugnancia?

Ejemplo: juicio temerario.

a) Esencia: juzga temerariamente quien sin fundamento suficiente sospecha del prójimo algo malo (examen de conciencia, acusarse a sí mismo).

b) Necesidad y odiosidad: ¿quién me ha nombrado a mí juez de mi prójimo? ¡Qué injusticia y qué desamor! ¿Querría yo ser tratado así por los otros? (confusión, arrepentimiento, súplica pidiendo perdón).

c) Daños: el juicio temerario es pecado, me enemista con el prójimo, intranquiliza el corazón, impide toda alegría y hace imposible el progreso en la virtud (examen, reconocimiento de las propias faltas, arrepentimiento, pedir gracia).

d) Fuentes y raíces: el amor propio, envidia, carácter duro, orgullo, aversión (examen, reconocimiento de las propias faltas, confusión, arrepentimiento).

e) Ejemplos que infunden repugnancia: ¡Qué asco siento cuando oigo que otros juzgan temerariamente! ¡Cómo me duele que me juzguen así! (arrepentimiento).

f) Propósito: sobre tal persona ... quiero reprimir hoy cualquier juicio temerario.

g) Ramillete espiritual: «No juzguéis, a fin de que no seáis juzgados.»

## **116. ¿Qué cuestiones puede proponerse el entendimiento cuando el asunto de la meditación es una sentencia religiosa?**

Cuando el asunto de la meditación es una sentencia religiosa, puede el entendimiento proponerse las siguientes cuestiones:

- 1) ¿Quién ha pronunciado esta sentencia?
- 2) ¿Cuál es su sentido?
- 3) ¿Es una proposición justa y verdadera?
- 4) ¿Es necesario o útil su cumplimiento?
- 5) ¿Es fácil o difícil?
- 6) ¿Qué personas sacaron provecho de su cumplimiento y cuáles por el contrario reportaron daños de su menosprecio?

Ejemplo: «Mi yugo es suave y mi carga ligera.»

a) ¿Quién ha pronunciado esta sentencia? Jesús, el Unigénito del Padre, la sabiduría y el bien eterno, mi guía, mi libertador, mi futuro juez (fe, adoración; habla, Señor, tu siervo escucha).

b) Su sentido: quien sigue las enseñanzas de Jesús debe hacer sacrificios, mas estos sacrificios no son difíciles sino más bien agradables (fe, confianza).

c) Verdad y conveniencia: dícelo la verdad eterna. Jesús, que puede pedirnos que tomemos sobre nosotros su yugo y su carga, puede también fortalecernos hasta el punto de que nos resulte ligero y gustoso (fe, confianza, entrega de sí mismo).

d) Necesidad y utilidad: cuando no llevo el yugo de Jesucristo permanezco esclavo de mis pasiones, no progreso en las virtudes, no gozo de paz interior y expongo mi alma al peligro de condenación eterna (examen, aprobación, arrepentimiento, entrega a Jesús).

e) Facilidad: sólo al principio es difícil seguir a Jesús. Cuanto más generoso sea en hacer sacrificios necesarios, tanto más fáciles se me tornarán.

f) Ejemplos: María y todos los Santos, las almas virtuosas que me rodean. Los seguidores más fieles de Jesús son siempre los hombres más dichosos; los tibios, en cambio, van de tribulación en tribulación (examen, confirmación por mi propia experiencia, renovación de las promesas del bautismo y de la profesión).

g) Propósito: hoy quiero... cumplir alegremente mis obligaciones o el deber de amar al prójimo.

h) Ramillete espiritual: mi yugo es suave y mi carga ligera.

### **117. ¿Qué cuestiones puede plantearse además el entendimiento en cualquier materia de meditación?**

Además de las dichas, puede el entendimiento plantearse las cuestiones siguientes en cualquier materia de meditación:

- 1) ¿Cómo puedo aplicarme la verdad meditada?
- 2) ¿Cómo la he seguido yo hasta ahora?
- 3) ¿Cómo quiero comportarme en el futuro?
- 4) ¿Qué dificultades y peligros hay en el camino?
- 5) ¿De qué recursos puedo valerme?

Estas preguntas son muy importantes porque contienen la aplicación del asunto de la meditación.

### **118. ¿Qué hay que notar respecto a las consideraciones del entendimiento?**

Con relación a las consideraciones del entendimiento hay que notar:

- 1) que no es necesario responder a todas las preguntas susodichas ni es menester atenerse al orden de sucesión de las mismas,
- 2) que se hagan las consideraciones con seriedad y fervor, mas sin alargarlas demasiado y sin hacer grandes esfuerzos mentales.

Cuanto mejor sea la preparación remota, más cortas podrán ser las consideraciones del entendimiento, que-

dando, por consiguiente, más tiempo para las operaciones de la voluntad, punto esencial de la meditación.

*b) Actividad de la voluntad*

**119. ¿Cuáles son los principales afectos?**

Los principales afectos son:

1) fe, esperanza (confianza, resignación); amor (alegría, compasión, entrega); arrepentimiento (temor, detestación, humildad); propósito (abnegación, generosidad);

2) adoración (admiración), agradecimiento, reparación, súplica; coloquios con la Santísima Virgen y los Santos.

Se deben excitar solamente aquellos afectos que estén más en consonancia con la materia de la meditación.

**120. ¿Qué hay que advertir en relación con los afectos?**

En relación con los afectos hay que advertir:

1) que debe emplearse en ellos el mayor tiempo posible porque constituyen la parte fundamental;

2) que se deben excitar tan pronto como se sienta el impulso a ello, y perseverar en ellos mientras dure esa devota moción;

3) que no es necesario que sean muchos los afectos; lo que importa es que sean fervorosos.

Los afectos proceden de la voluntad, no del entendimiento: No es menester, por consiguiente, experimentar devoción sensible.

La expresión de los afectos no está ligada a determinadas palabras. Se colloquia con Dios como un hijo con su padre, un amigo con su amigo, como un enfermo con el médico, un pobre con su bienhechor.

Puede repetirse un afecto muchas veces, unas diez por ejemplo, mediante una jaculatoria, verbigracia: «Jesús mío, yo te

adoro; Jesús mío, yo te adoro...». Si todavía el corazón se siente movido por el mismo afecto, repítalo otras tantas veces con las mismas palabras y más todavía hasta que el alma se sienta como agotada, por así decirlo, en relación a este afecto. Pásese después a otro afecto, haciéndolo en la forma dicha o contiéntense las consideraciones del entendimiento.

San Leonardo expresaba los diversos afectos de su corazón (adoración, amor, arrepentimiento, súplica, etc.) con su jaculatoria favorita: «Jesús mío, misericordia» (300 días de indulgencia cada vez). Quiriendo usar de ésta o semejante jaculatoria indulgenciada en la manera antes dicha, atiéndase menos a las palabras de que está compuesta que a los afectos (de adoración, confianza, etc.) que se quieran expresar. Imitemos así la práctica de la Iglesia en el rezo del santo Rosario.

Propone a los fieles un misterio de la vida de Jesucristo y los deja que se detengan adorando, amando, dando gracias... durante el rezo de diez Avemarías. La repetición de la misma oración vocal es, por así decir, la expresión sensible de la actividad espiritual del alma, entregada a las consideraciones y afectos.

Se debe sobre todo dedicar mucho tiempo y fervor a la oración de súplica. Debemos pedir por nuestras necesidades corporales y espirituales, por nuestros parientes, amigos, superiores, hermanos en religión, por los que se recomiendan a nuestras oraciones y, no en último lugar, por nuestros enemigos; luego por la santa Iglesia, por el Papa, por los obispos, por los sacerdotes, por el pueblo cristiano, por la conversión de los pecadores, judíos, mahometanos e infieles, por la salvación de los moribundos y por las benditas almas del purgatorio. A quien repite muchas veces la jaculatoria «Jesús mío, misericordia» con espíritu de súplica y con todas o parte de las sobredichas intenciones, no le parecerá largo el tiempo de la meditación y atraerá sobre sí y sus prójimos innumerables gracias celestiales.

## **121. ¿Cómo debe ser el propósito?**

El propósito debe:

- 1) referirse a algo concreto para cumplirse aquel mismo día,
- 2) hacerse con seriedad y fervor,

3) fundarse en la desconfianza de las propias fuerzas y en la confianza de que Dios nos ayudará.

No es menester hacer propósitos nuevos en cada meditación. Se aconseja renovar a menudo el propósito del examen particular.

El propósito viene a ser en cierta manera el fin y coronamiento de la meditación; tiene para el progreso espiritual del alma una importancia de primerísimo orden.

Debe grabarse bien en la memoria, recordarlo frecuentemente entre día y, llegada la ocasión, cumplirlo generosamente.

### **C. Conclusión de la meditación**

#### **122. ¿Qué debemos hacer como remate de la meditación?**

Como remate de la meditación debemos:

- 1) examinar cómo la hemos hecho,
- 2) agradecer a Dios las gracias que nos ha dado,
- 3) pedir perdón humildemente por las faltas cometidas,
- 4) ofrecer a Dios los propósitos hechos y pedirle su ayuda para cumplirlos,
- 5) realizar con especial recogimiento las otras obligaciones del día.

También la oración final, si es posible, debe ser siempre la misma. Puede servir la siguiente:

«¡Oh Dios mío! Te doy gracias por todas las ilustraciones e inspiraciones con que me has favorecido en la meditación. Perdóname todas las debilidades y faltas, mira benigno el propósito que con tu gracia he hecho... Ayúdame a cumplirlo generosamente. Desde ahora quiero servirte con toda fidelidad y pertenecerte sólo a ti por amor. Toma, Señor, toda mi libertad. Toma mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad. Todo cuanto tengo y poseo, tú me lo has dado. Yo te lo devuelvo. Dispón de ello según tu beneplácito. Dame tu amor y gracia,

pues con ellos soy bastante rico y nada más deseo. Amén.» Padrenuestro, Avemaría.

Recomienda San Ignacio que se anoten los principales pensamientos y propósitos de la meditación.

San Francisco de Sales aconseja que escojamos alguno de los pensamientos de la meditación que más nos han impresionado y lo recordemos con frecuencia durante el día. El Santo llama a este pensamiento «ramillete espiritual».

### III. OTROS MODOS DE MEDITACIÓN

#### **123. ¿En qué consiste el método de la lectura meditada?**

El método de la lectura meditada consiste en :

1) leer despacio un libro devoto, frase por frase o cláusula por cláusula,

2) contestar en cada frase o cláusula a las tres preguntas siguientes :

a) ¿cómo puede esto aplicarse a mí?

b) ¿cómo lo he cumplido hasta ahora?

c) ¿cómo quiero comportarme en el futuro?

3) suscitar afectos y formular propósitos.

La preparación y la conclusión son, en ésta y en las otras formas de meditación, análogas a las del método de las tres potencias del alma.

Este método de la lectura meditada es sumamente fácil y al mismo tiempo muy fructífero. Cuarenta años siguió Santa Teresa de Jesús este método. Debe usarse especialmente en los principios de la vida espiritual y en caso de cansancio físico o mental.

#### **124. ¿En qué consiste el método de la oración vocal meditada?**

El método de la oración vocal meditada consiste en rezar de tal suerte que después de cada palabra se haga

una pequeña pausa para mejor comprender su contenido y saborearlo.

Este método es asimismo muy fácil y no menos fructífero. Por su medio desentrañamos perfectamente el hondo sentido de una oración. De esta suerte debiéramos rezar siempre el Padrenuestro y el Avemaría, el Credo y las otras oraciones diarias y los salmos. Es la mejor manera de evitar la rutina en nuestros rezos.

## **125. ¿En qué consiste el método de la meditación contemplativa?**

El método de la meditación contemplativa consiste en meditar un hecho religioso tan al vivo que nos parezca que:

- 1) vemos las personas que participan en él.
- 2) se conocen sus pensamientos y se oyen sus palabras.
- 3) presenciamos sus acciones.

Ejemplo: El nacimiento de Jesús.

a) Preludio: Representate la cueva de Belén y a María y José de rodillas ante el pesebre en el que yace el niño Jesús.

b) Considera las personas:

1) los hombres del mundo entero engolfados en sus negocios y diversiones pecaminosas, sin pensar en Dios ni en su alma (compasión);

2) las gentes de Belén, los naturales y los forasteros; tan próximos al insondable misterio, no merecieron, sin embargo, participar de él porque rechazaron de sus casas a la Sagrada Familia (temor de caer en la ceguera espiritual y desatender las inspiraciones divinas);

3) los pastores sencillos y piadosos a los cuales fué anunciado misterio tan consolador (congratulación, deseo);

4) el Divino Niño en el pesebre (fe, adoración, alegría, amor);

5) la Santísima Trinidad que mira complacida al pesebre (adoración, ofrecimiento del Divino Niño);

6) María y José (gozo, congratulación);

7) los ángeles jubilosos (júbilo).

c) Escudriña los pensamientos y oye las palabras:

1) del Padre Celestial: «Éste es mi Hijo muy amado. Oíde» (acción de gracias, docilidad);

2) del Divino Niño: «Mira, Padre, vengo a cumplir tu voluntad» (Jesús mío, también yo quiero hacer otro tanto);

3) de María y José, cómo adoran y aman (únete a ellos);

4) del Ángel: «Gloria a Dios en las alturas y paz a los hombres en la tierra»;

5) de los piadosos pastores que hablan del acontecimiento.

d) Medita las acciones:

1) la actitud tranquila del Niño Jesús en el pesebre (adoración, entrega);

2) el cuidado de María y José para con el Divino Infante (¿cómo me comporto yo en la santa Misa y Comunión?);

3) el anuncio de los Ángeles (alegría);

4) la adoración de los pastores (adora con ellos).

e) Propósito: quiero hoy guardar el más profundo recogimiento; mi corazón debe ser la cueva de Belén.

f) Ramillete espiritual: «Un niño nos ha nacido en Belén; he decidido ser exclusivamente suyo».

## **126. ¿En qué consiste el método del examen de conciencia meditado?**

El método del examen de conciencia meditado consiste en preguntarse cómo se ha comportado uno mismo en relación:

1) a los diez mandamientos de la ley de Dios, los cinco de la santa Madre Iglesia, las obligaciones del propio estado y de la vocación religiosa, la santa regla, las constituciones, el reglamento y prescripciones de los superiores o

2) al aprovechamiento de las gracias y dones recibidos de Dios: de la memoria, fantasía, entendimiento, voluntad, los cinco sentidos (ver, oír, oler, gustar y tocar) lo mismo que de las Misas, Comuniones, con-

fesiones, inspiraciones, ejercicios de piedad, buenos ejemplos o

3) a los siete pecados capitales: soberbia, avaricia, lujuria, envidia, intemperancia en el comer y beber, ira y pereza o

4) a las diversas edades de la vida: en la niñez, en la juventud, en el matrimonio o en el estado religioso, en la edad adulta.

Este método es muy indicado para fomentar el conocimiento propio y la humildad.

Demos gracias a Dios, desde lo íntimo del corazón, por lo bueno que hayamos podido hacer, pidámosle perdón por los pecados cometidos y por el desprecio de las gracias recibidas, y en reparación y compensación ofrezcamos al Padre celestial las correspondientes virtudes y méritos de Jesucristo.

#### IV. OBSTÁCULOS Y ESTÍMULOS DE LA MEDITACIÓN

##### **127. ¿Cuáles son los obstáculos de una buena meditación?**

Los obstáculos de una buena meditación son:

- 1) falta de práctica,
- 2) incumplimiento de las normas, dadas por los maestros de la vida espiritual, expuestas anteriormente,
- 3) una vida tibia y pecaminosa.

Nadie nace maestro.

San Ignacio de Loyola confiesa de sí mismo que no podía meditar si no seguía las reglas de la meditación.

##### **128. ¿Por qué medios se facilita la meditación?**

La meditación se facilita:

- 1) practicándola asiduamente,
- 2) leyendo frecuentemente libros espirituales y hablando de cosas espirituales.

3) poniendo mucho empeño en la preparación remota y próxima y aplicando las otras normas de la meditación,

4) anhelando fervientemente la perfección.

## V. FORMAS SUPERIORES DE ORACIÓN EN LA ASCÉTICA

### **129. ¿Cuáles son las formas superiores de oración en la Ascética?**

Las formas superiores de oración en la Ascética son:

1) la oración de aspiraciones devotas u oración afectiva,

2) la oración de sencillez.

Llámanse superiores estas formas de oración, no porque sobrepasen las fuerzas ordinarias del hombre sostenidas por la gracia de Dios, sino porque son mejores que la meditación hecha con método riguroso y nos acercan más a Dios. No son, pues, formas místicas de oración.

### **130. ¿En qué consiste la oración afectiva?**

La oración afectiva consiste en que durante la meditación:

1) estamos penetrados de un solo pensamiento dominante, haciendo brevemente las consideraciones del entendimiento,

2) pasamos la mayor parte del tiempo ocupados en devotos afectos.

Muchos, sin saberlo ellos, practican a menudo la oración de afecto, por ejemplo, cuando están absortos totalmente en un solo pensamiento después de comulgar o en la visita al Santísimo Sacramento: «Jesús está aquí», e inmediatamente dan

suelta a los afectos de fe, adoración, agradecimiento, arrepentimiento, amor, entrega.

En la oración afectiva pueden presentarse afectos secundarios, los cuales empero no desempeñan un papel preponderante.

También aquí se padecen distracciones que el alma debe combatir.

### **131. ¿En qué consiste la oración de sencillez?**

La oración de sencillez consiste en que :

- 1) al igual que en la oración afectiva nos entregamos a un solo pensamiento principal,
- 2) a diferencia de la oración afectiva nos conmovemos por un afecto vehemente único.

También se llama esta manera de meditar «contemplación adquirida». Consiste ésta, por tanto, en una tranquila mirada, llena de fe, que dirige el alma a Dios o a sus perfecciones o a otra verdad de fe, unida a un afecto intenso único (por ejemplo, de adoración o de admiración o amor). Es fundamental que esta contemplación no se reduzca a algo puramente intelectual, sino que sea producida por un afecto intenso. El alma renueva con intermitencias el mismo afecto, en forma de corta exclamación o jaculatoria, contemplándolo serenamente.

La contemplación adquirida lleva hasta los umbrales de la oración mística, cuya esencia es la contemplación infusa de Dios, de una manera sobrenatural.

Así repitió San Francisco de Asís toda una noche las palabras: «Mi Dios y mi todo».

### **132. ¿Cuál es el valor especial de las formas superiores de oración?**

El valor especial de las formas superiores de oración es el siguiente :

- 1) el entendimiento abraza la verdad religiosa como si la tuviera ante sí, y por lo mismo más fuertemente,
- 2) la voluntad se une a Dios más fuerte e íntimamente, por la práctica más intensa de los afectos.

### **133. ¿Quién puede y debe servirse de las formas superiores de oración?**

De las formas superiores de oración puede y debe servirse el que:

1) no siente gusto por las consideraciones intelectuales prolongadas y se siente en cambio suave y fuertemente impulsado a repetir santos afectos,

2) está firmemente decidido a trabajar en la propia santificación, mediante la más fiel y abnegada práctica de las virtudes y cumplimiento de sus deberes.

«El Espíritu de Dios sopla donde quiere» (San Juan 3, 8).

Muchos son llamados desde los principios de su vida espiritual a la oración afectiva; otros, a pesar de su fervoroso aspirar a la perfección, se verán obligados a trillar hasta su edad proveya el camino de la oración estrictamente metódica.

Las propias fuerzas no bastan para alcanzar las formas superiores de oración. Si temporalmente la oración afectiva o de sencillez no nos reporta provecho alguno, debemos volver al método ordinario de oración.

Muchas almas, bien intencionadas por lo demás, no avanzan en la vida de oración y por lo mismo tampoco en el ejercicio de la virtud, porque no conocen la «hora del Señor». Envíales Dios una cruz: una enfermedad, por ejemplo, una gran humillación, sensibles pérdidas temporales o una prolongada aridez espiritual. En vez de abrazar la tribulación generosamente se resisten de una manera desordenada y así pierden altura en su ascensión hacia Dios e íntima unión con Él.

Quien recibe de Dios la gracia de la oración afectiva o de sencillez puede ser todavía muy imperfecto: comete, por ejemplo, pecados veniales semideliberados, tiene hábitos reprobables cuya defectuosidad ni siquiera conoce, y se entrega a pasiones no domeñadas. Tal persona ha de ejercitarse, sobre todo, en la humildad y en la renuncia de sí mismo.

Haga también asiduamente la lectura espiritual y el examen de conciencia, ya que las formas superiores de oración no se dirigen inmediatamente a ensanchar nuestros conocimientos en las cosas del espíritu.

## *Capítulo séptimo*

### OTRAS FORMAS DE ORACIÓN INTERIOR

#### I. EL ROSARIO Y EL VÍA CRUCIS

##### A. El Rosario

#### **134. ¿Por qué debemos rezar el Rosario?**

Debemos rezar diligentemente el Rosario porque:

1) está compuesto con las oraciones vocales más excelentes,

2) nos introduce en los sublimes misterios de la fe,

3) nos muestra conmovedores hechos de la vida, pasión y glorificación de Jesús y María,

4) nos presenta, para que los imitemos, sus magníficos ejemplos,

5) proporciona gran placer a Jesús y María,

6) según acredita la experiencia, es medio poderoso para obtener todas las gracias.

7) está enriquecido con muchas indulgencias.

El Rosario ha sido el rezo preferido de innumerables santos y cristianos que aspiraron fervientemente a la perfección, y recomendado calurosamente por muchos papas. Con razón es llamado el breviario de los fieles cristianos.

No debe pasársenos ni un día siquiera sin haber rezado el Rosario. No hemos de excusarnos fácilmente alegando falta de tiempo. Con buena voluntad, siempre lo hay.

Rezando una parte del Rosario ante el Santísimo Sacramento — no es menester que esté expuesto a la pública adoración —, se puede ganar una indulgencia plenaria, cumpliendo las condiciones acostumbradas de confesión y Comunión.

### **135. ¿Cómo debemos rezar el Rosario?**

Debemos rezar el Rosario :

- 1) haciendo una breve preparación,
- 2) adoptando una postura respetuosa y procurando un profundo recogimiento,
- 3) pronunciando las palabras con pausa y calma,
- 4) dirigiendo la mirada interior del alma a los misterios correspondientes,
- 5) despertando fervorosos afectos interiores.

No es preciso atender al significado de las palabras. Se pueden pronunciar mecánicamente a fin de que el espíritu atienda con todas sus fuerzas a la meditación de los misterios.

Para lucrar las indulgencias es:

a) necesario que se medite en el misterio correspondiente, de la mejor manera posible. En el Rosario de las siete alegrías (corona franciscana) y de los siete dolores no está prescrita esta meditación.

b) no es necesario rezar el Credo ni el Padrenuestro, ni las tres Avemarías antes de la primera decena (o después de la última), ni intercalar los misterios entre las decenas, como tampoco tener el rosario en la mano cuando esto no es posible.

En el rezo común del Rosario, basta para ganar las indulgencias que uno de los asistentes lo tenga en la mano o lo lleve consigo.

Las indulgencias están vinculadas a las cuentas, no al cordón o cadenilla. No se pierden cuando las cuentas se encadenan de nuevo o poco a poco son reemplazadas con otras.

Los rosarios bendecidos pierden las indulgencias al venderlos, no si se regalan.

### **136. ¿Cuáles deben ser nuestras principales intenciones en el rezo del Rosario?**

Nuestras principales intenciones en el rezo del Rosario deben ser:

- 1) agradar a Jesús y María,
- 2) aprender sus ejemplos de virtud,
- 3) impetrar de Dios determinadas gracias.

En cada misterio se puede meditar o pedir lo siguiente:

a) en los misterios gozosos: 1) la manera de prepararse bien a la Sagrada Comunión, 2) caridad solícita con el prójimo, 3) amor a la pobreza, 4) espíritu de sacrificio, 5) obediencia absoluta a Dios;

b) en los misterios dolorosos: 1) oración de recogimiento y abandono en las manos de Dios, 2) fuerzas para combatir la molice y la sensualidad desordenada, 3) gracia para combatir la soberbia y el orgullo, 4) amor a la cruz, 5) amor al Redentor;

c) en los misterios gloriosos: 1) fe en la vida eterna, 2) anhelo del cielo, 3) amor a la Iglesia, 4) una santa muerte, 5) amor y confianza en María.

En cada misterio se hace la aplicación a la propia vida y se pide a Jesús y María la virtud o gracia correspondiente.

Ejemplo: «La Encarnación del Hijo de Dios en las purísimas entrañas de la Virgen María». En este misterio se puede aprender cómo debe prepararse el alma a la Sagrada Comunión. Medita, pues, durante la primera Avemaría de la decena cómo se preparó la Virgen Santísima a la llegada de Jesús con una vida pura, profundo recogimiento y ferviente anhelo de la venida del Salvador. Durante una o dos Avemarías considera que tú tienes, comulgando, igual dicha que tuvo la Santísima Virgen en la Encarnación. Concluye de aquí que también tú estás obligado a llevar una vida pura, de recogimiento y anhelo de Jesús. En el resto del misterio excita en tu corazón los afectos correspondientes. Alégrate con María Santísima, adora a Jesús, pídele la gracia de comulgar dignamente y con fruto, haz la comunión espiritual...

## B. El Vía crucis

### 137 . ¿Por qué debemos hacer el Vía crucis diligentemente?

Debemos hacer diligentemente el Vía crucis porque:

1) nos hace ver de modo especial y claramente el valor de nuestra alma, la maldad de nuestros pecados,

el amor y misericordia de Dios y los sublimes ejemplos de virtud de nuestro Redentor,

2) el Vía crucis es un ejercicio muy propio para convertir a los pecadores, enfervorizar a los tibios y elevar a más alta perfección a los justos (BENEDICTO XIV).

Después de la Misa es el Vía crucis la forma más excelente y más provechosa de meditar los dolores de Jesús.

El apóstol del Vía crucis es San Leonardo de Porto Maurizio. Considerábelo como un medio casi infalible de conservar en las almas los frutos de las misiones o ejercicios espirituales. Nunca se cansaba de recomendar a sus oyentes el frecuente y devoto uso de este medio de santificación. En los últimos veinte años de su vida erigió personalmente 500 Vía crucis.

Si te es posible, haz el Vía crucis todos los días, o al menos cada semana.

Recorriendo devotamente las estaciones del Vía crucis se ganan las siguientes indulgencias:

- a) indulgencia plenaria cada vez que se haga el Vía crucis.
- b) otra indulgencia, plenaria también, comulgando el mismo día que se haga o hagan los Vía crucis,
- c) otra indulgencia plenaria cada diez Vía crucis, siendo totalmente indiferente que del primero al último Vía crucis transcurra poco o mucho tiempo.
- d) indulgencia parcial de diez años y diez cuarentenas por cada estación, cuando por motivo razonable no se puede acabar el Vía crucis.

### **138. ¿Qué hay que hacer para ganar las indulgencias del Vía crucis?**

Para ganar las indulgencias del Vía crucis se debe:

- 1) recorrer, en cuanto sea posible, las estaciones una después de otra,
- 2) hacer las estaciones sin notable interrupción,
- 3) meditar en cada estación los dolores de la Pasión.

No es preciso arrodillarse ni rezar vocalmente ni mirar los cuadros o cruces. Haciendo en común el Vía crucis, basta que

una persona recorra las estaciones (en muchas diócesis esto no es necesario) mientras las demás se levantan cada vez (volviéndose en la dirección de las estaciones).

Pequeñas interrupciones no impiden lucrar las indulgencias. Una interrupción por motivo religioso puede ser más larga, por ejemplo, oír la santa Misa, el sermón, confesarse, comulgar.

No es necesario que se medite en cada estación el misterio correspondiente; se puede meditar durante todo el Vía crucis un solo paso de la Pasión.

Quien por justa causa (enfermedad, cumplimiento de sus obligaciones, viajes, largas distancias) no puede visitar las estaciones, puede ganar las indulgencias rezando, mientras tiene en la mano un crucifijo bendecido para este fin, veinte Padrenuestros, Avemarías y Gloria Patri; a saber, catorce por las estaciones, cinco en honor de las cinco llagas de nuestro Señor y uno a intención del Romano Pontífice. No pudiendo, por justa causa, tener en la mano el crucifijo, es suficiente llevarlo consigo.

Los enfermos que no pueden sin grave molestia rezar los veinte Padrenuestros, ganan las indulgencias besando o mirando arrepentidos el crucifijo enriquecido con las indulgencias del Vía crucis, y diciendo al mismo tiempo una jaculatoria en reverencia de la Pasión, por ejemplo: «Jesús crucificado, ten piedad de mí». Y si estuvieran muy débiles bastaría besarlo o mirarlo arrepentidos. De esta suerte aun los enfermos muy graves pueden sin fatigarse ganar muchas indulgencias plenarias.

### **139. ¿Puede aprovecharnos el Vía crucis como escuela de virtud?**

Puede aprovecharnos el Vía crucis como escuela de virtud:

1) meditando en cada estación una de las virtudes por Jesús practicadas en los misterios de la Pasión o cuya violación expiaba Él con sus dolores,

2) examinándose seriamente respecto a tal virtud, excitando el arrepentimiento de las faltas cometidas y pidiendo a Jesús perdón sinceramente,

3) haciendo por amor y a ejemplo de Jesús propósitos firmes correspondientes a la virtud meditada.

Prueba la experiencia que en las comunidades religiosas en que se hace una vez a la semana un Vía crucis más largo, según este método, florece el anhelo de perfección o se restaura rápidamente la disciplina regular, si ha decaído. Igual aprovechamiento espiritual se nota en los fieles que viven en el siglo.

Teniendo ante los ojos al Divino Modelo responderemos en cada estación a las siguientes preguntas:

1.<sup>a</sup> estación: ¿Estoy firmemente decidido a morir a mí y al mundo y a aspirar a la cumbre de la perfección?

2.<sup>a</sup> estación: ¿Cómo llevo mi propia cruz?

3.<sup>a</sup> estación: ¿Estoy firmemente resuelto a evitar incluso los pecados más pequeños?

4.<sup>a</sup> estación: ¿Cómo honro a la Virgen Santísima?

5.<sup>a</sup> estación: ¿Ayudo a mi prójimo a llevar la cruz, condescendiendo y sobrellevando con paciencia sus faltas y singularidades?

6.<sup>a</sup> estación: ¿Medito con frecuencia en los dolores de Jesús? (reloj de la Pasión).

7.<sup>a</sup> estación: ¿Cómo hago el examen particular de conciencia?

8.<sup>a</sup> estación: ¿Tengo el espíritu de contrición y penitencia?

9.<sup>a</sup> estación: ¿Me esfuerzo en ayudar a nuestro Señor en la salvación de los pecadores, haciendo penitencia, oración y apostolado fervorosos?

10.<sup>a</sup> estación: ¿Cómo conservo la pureza del corazón? (renovación del voto de castidad).

11.<sup>a</sup> estación: ¿Cómo obedezco a mis superiores y a las prescripciones de la regla (renovación del voto de obediencia).

12.<sup>a</sup> estación: ¿Cómo practico el espíritu de pobreza y desprendimiento? (renovación del voto de pobreza).

13.<sup>a</sup> estación: ¿Cómo me comporto en la recepción de la Sagrada Comunión?

14.<sup>a</sup> estación: ¿Llevo siempre a Jesús en mi corazón?

## II. VIVIR EN LA PRESENCIA DE DIOS

### A. Esencia, modo y valor del vivir en la presencia de Dios

#### 140. ¿En qué consiste vivir en la presencia de Dios?

Vivir en la presencia de Dios consiste en:

- 1) pensar a menudo en Dios, presente en todas partes,
- 2) enderezar la propia vida de conformidad con esto.

#### 141. ¿Qué quiere decir Dios está en todas partes?

Dios está en todas partes quiere decir que está doquiera que sea, en el cielo, en la tierra y en todo lugar.

San Pablo enseña: «Dios no está lejos de cada uno de nosotros, pues en Él vivimos, nos movemos y somos» (Hechos de los Apóstoles 17, 27-28).

a) Dios está presente en todas partes; presente en todas partes está la Santísima Trinidad, Padre, Hijo y Espíritu Santo.

b) Dios está presente en todas partes con todos sus atributos: en todas partes es eterno, todopoderoso, omnisciente, sapientísimo, bondadosísimo, santísimo, justísimo y misericordiosísimo.

c) La Santísima Trinidad, y de modo particular el Espíritu Santo, está presente de manera singularísima y misteriosa en el alma que se halla en estado de gracia.

«El que me ama..., será amado de mi Padre, y vendremos y moraremos en él» (Ioh 15, 23).

«¿No sabéis que sois templos de Dios y el Espíritu Santo habita en vosotros?» (1 Cor 3, 16).

d) Jesús, en cuanto Dios, está presente en todas partes; en cuanto hombre, está presente verdadera y realmente sólo en el Santísimo Sacramento del altar y a la derecha del Padre celestial; espiritualmente también está presente en el alma del justo que le invita.

## **142. ¿Cuál es la mejor manera de vivir en la presencia de Dios?**

La mejor manera de vivir en la presencia de Dios es:

1) pensar con fe viva y frecuentemente,

a) que la Santísima Trinidad o una de las tres Divinas Personas está siempre presente en nosotros, observándonos amorosamente, guiándonos y gobernándolo todo para nuestro bien, o

b) que la Santísima Trinidad o una de las tres Divinas Personas habita en nuestra alma como en un altar, o

c) que Jesucristo nos mira desde el tabernáculo como cariñoso amigo nuestro;

2) tratar respetuosa y filialmente con Dios,

a) coloquiando íntimamente con Él o haciendo jaculatorias,

b) cumpliendo escrupulosamente y bajo su mirada y por su amor nuestras obligaciones y trabajos.

Ejercítense cada uno en el modo que mejor se le acomode. Los Santos preferían dirigirse a Dios como morando en sus almas.

La Madre Clara Fey obraba como si justamente acabase de comulgar y tuviese a Jesús en su corazón.

Todas las criaturas: el sol con sus brillantes rayos, la estrella rutilante, la tormenta horrísona, los animales de la selva, los pájaros en la región del aire, el gusano que se arrastra por la tierra, los sembrados ondulantes, la florecilla a la vera del camino; todo puede conducirnos al Creador de todas las cosas. Así obraba San Francisco de Asís. En lo bello contemplaba la belleza increada que todo lo ha creado.

No es aconsejable de ordinario representarnos con la fantasía una persona divina en forma humana o figurarnos al detalle el cuerpo y la fisonomía del Divino Salvador.

Evítese asimismo todo esfuerzo fatigoso de la cabeza. El niño que juega a la vista de su madre, está seguro de la proximidad y amor maternos sin que le sea preciso hacer un gran esfuerzo para pensar en ello. De esta guisa debemos vivir en la presencia de Dios.

Vivir en la presencia de Dios es, ante todo, fruto de la fe y de la voluntad. Háganse con frecuencia y devoción jaculatorias de adoración, amor, arrepentimiento, confianza y otras semejantes aspiraciones a Dios invisiblemente presente en todas partes, comportándose además como es debido a la presencia de Dios tres veces santo.

La unión íntima con Dios es un arte que solamente ejercitándonos con perseverancia podemos adquirir. En verdad es dificultoso en los principios, pero, con el tiempo se hace más fácil y suave.

Es asimismo una gracia extraordinaria que debemos pedir siempre y que hemos de merecer con pureza de corazón y continuado vencimiento de nosotros mismos.

### **143. ¿Por qué hemos de practicar con fervor el ejercicio de la presencia de Dios?**

Hemos de practicar con fervor el ejercicio de la presencia de Dios :

- 1) para desasir de las criaturas, paulatinamente, nuestros pensamientos y deseos,
- 2) para evitar el pecado con más facilidad,
- 3) para aspirar con celo creciente a la perfección,
- 4) para unirnos íntimamente con Dios,
- 5) para gozar de una profunda paz de corazón.

«Anda en mi presencia y serás perfecto», dice Dios a Abraham. Ilustrado con luz divina, conoció San Leonardo de Porto Maurizio que la unión íntima con Dios es el alma de toda devoción y el único medio para llegar a la perfección (propósitos del año 1728).

## **B. Reloj de la Pasión**

### **144. ¿En qué consiste el ejercicio del reloj de la Pasión?**

Consiste el ejercicio del reloj de la Pasión en recordar, cada vez que da la hora, un determinado misterio

de la Pasión del Señor, renovando la recta intención, permaneciendo de esta manera todo el día unidos a Jesús paciente.

Es, pues, esta práctica un modo muy útil de vivir en la presencia de Dios.

Se medita de acuerdo con el siguiente horario:

- 5 de la mañana: Jesús llevado ante Pilatos y acusado,
- 6 de la mañana: Jesús despreciado por Herodes,
- 7 de la mañana: Jesús de nuevo ante Pilatos, pospuesto al homicida Barrabás,
- 8 de la mañana: Jesús azotado,
- 9 de la mañana: Jesús coronado de espinas,
- 10 de la mañana: Jesús condenado a muerte,
- 11 de la mañana: Jesús con la cruz a cuestas,
- 12 de la mañana: Jesús clavado en la cruz,
- 1 de la tarde: Jesús ultrajado en la cruz,
- 2 de la tarde: Jesús padece los últimos tormentos,
- 3 de la tarde: Jesús muere crucificado,
- 4 de la tarde: Jesús desclavado de la cruz,
- 5 de la tarde: Jesús colocado en el sepulcro,
- 6 de la tarde: Jesús lava los pies a sus discípulos,
- 7 de la noche: Jesús instituye el Santísimo Sacramento del altar,
- 8 de la noche: Jesús hace el discurso de despedida y marcha al huerto de los Olivos,
- 9 de la noche: Jesús ora en el huerto de los Olivos,
- 10 de la noche: Jesús sufre angustias de muerte, sudando sangre,
- 11 de la noche: Jesús es traicionado y apresado,
- 12 de la noche: Jesús ante Anás, recibe la bofetada,
- 1 de la noche: Jesús ante Caifás,
- 2 de la noche: Jesús es maltratado y escarnecido,
- 3 de la noche: Jesús negado por Pedro,
- 4 de la noche: Jesús encarcelado.

Cada vez que el reloj da la hora se reza la siguiente oración: «¡Oh Señor!, otórganos una buena vida y una buena muerte por Jesucristo nuestro Señor. Amén. ¡Oh Jesús!, que en esta hora (aquí se expresa el misterio correspondiente: verbigracia, fuiste azotado), prometo ejecutar todos mis actos en

esta hora, por obediencia y amor a ti. Amén. ¡Oh María!, concebida sin pecado original, rogad por nosotros que recurrimos a Vos».

### III. JACULATORIAS

#### 145. ¿Qué se entiende por jaculatoria?

Por jaculatoria se entiende una oración muy breve que se dice con el corazón solo o con el corazón y la boca, dirigida a Dios o a los Santos.

Los afectos en ellas expresados brotan del corazón a impulsos de fervor ardiente.

Llámanse jaculatorias porque son como saetas o dardos que el amor lanza al cielo.

#### 146. ¿En qué está el valor de las jaculatorias?

El valor de las jaculatorias está en:

- 1) que pueden hacerse en todo lugar, a cualquier hora y en medio de cualquier ocupación,
- 2) que fomentan extraordinariamente el recuerdo de Dios y la unión con Él.

De aquí que los maestros de la vida espiritual llamen a la jaculatoria atajo para ir a Dios y vean en ella un medio muy a propósito para la perfección.

Debemos servirnos por tanto de las jaculatorias a menudo y con todo fervor.

Debemos emplearlas sobre todo:

- a) al despertar,
- b) al empezar y acabar un trabajo,
- c) en la tentación, penas y dificultades,
- d) al acostarnos.

Podemos formular las jaculatorias con palabras propias o con pasajes adecuados de la Sagrada Escritura o breves oraciones indulgenciadas. En este último caso ganaremos por añadidura no pocas indulgencias: «Dios mío, te amo» (300 días);

«Jesús, Dios mío, te amo sobre todas las cosas» (300 días); «Jesús mío, misericordia» (300 días); «Dulce corazón de Jesús, sé mi amor» (300 días); «Sagrado Corazón de Jesús, en vos confío» (300 días); «Todo por ti, Sagrado Corazón de Jesús» (300 días); «Dulce Corazón de María, sé la salvación mía» (300 días); «Jesús, María y José» (7 años y siete cuarentenas).

San Leonardo de Porto Maurizio escogió la jaculatoria «Jesús mío, misericordia», como su oración predilecta. Repetíala muchos cientos de veces al cabo del día, con la boca o simplemente con el corazón.

## *Capítulo octavo*

### OTRAS CUATRO IMPORTANTES PRÁCTICAS DIARIAS

#### I. LA LECTURA ESPIRITUAL

#### **147. ¿Qué se entiende por lectura espiritual?**

Se entiende por lectura espiritual leer libros piadosos con el designio de fomentar el conocimiento y amor del bien y al mismo tiempo el aborrecimiento del mal.

La finalidad de la lectura espiritual no es, por consiguiente, adquirir nuevos conocimientos ni tampoco satisfacer la curiosidad.

#### **148. ¿En qué está la utilidad de la lectura espiritual?**

La utilidad de la lectura espiritual está en que:

- 1) ilustra el espíritu en las cosas del alma,
- 2) estimula poderosamente la voluntad al bien,
- 3) facilita la oración vocal y mental.

«Cuando oramos hablamos con Dios, mas cuando leemos un libro espiritual es Dios quien nos habla», dice San Isidoro.

En la historia de los santos hay ejemplos de la sorprendente eficacia de la lectura espiritual, por ejemplo, de San Agustín, San Francisco de Asís, San Ignacio de Loyola, Santa Teresa, etc.

#### **149. ¿Cómo debemos hacer la lectura espiritual?**

Debemos hacer la lectura espiritual:

- 1) pidiendo devotamente luz y gracia antes de empezarla,

2) leyendo despacio y con atención, aplicando la lectura, al igual que la meditación, a nuestra vida y fomentando fervientes afectos y firmes propósitos.

3) fijando bien en la memoria los puntos principales de la lectura, dando gracias a Dios y tratando de cumplir los propósitos.

Hágase la lectura espiritual todos los días.

No se trata de leer mucho, sino de leer bien.

Es aconsejable anotar en un cuaderno los pensamientos más notables.

Para hacer la lectura prefírase la Sagrada Escritura, principalmente el Nuevo Testamento, las obras escritas por los Santos o que de ellos tratan. El Santo Cura de Ars leía todos los días en la vida de los Santos y nunca dejó de hacer la lectura espiritual por muy cansado que estuviese o por mucho trabajo que tuviera.

Para escoger el libro de lectura consúltese con el superior o con el confesor.

## II. ASISTENCIA A LA SANTA MISA

### 150. ¿Qué es la santa Misa?

La santa Misa es la renovación incruenta del sacrificio de la cruz; en ella se ofrece Cristo a sí mismo, por mano del sacerdote, al Padre celestial, bajo las especies de pan y vino.

### 151. ¿Qué valor tiene la santa Misa?

La santa Misa tiene el mismo valor infinito que el sacrificio del Gólgota; es, por consiguiente, el sacrificio más perfecto de adoración, acción de gracias, expiación e impetración.

La santa Misa es el mismo sacrificio que el de la cruz, ya que en ambos es Cristo el oferente y la víctima; solamente el modo del sacrificio es distinto.

En la Misa, Cristo actúa como Pontífice supremo y víctima propiciatoria, ofreciéndose de nuevo por nosotros al Padre celestial. Por tanto, su presencia durante la santa Misa es especialmente rica en gracias.

No es la Misa, por consiguiente, una devoción más, como el Rosario, el Vía crucis o una Hora santa. Es, en sí misma, de un valor infinito. Nunca inteligencia humana podrá medir su valor.

La celebración y asistencia a la santa Misa es el más excelente acto de piedad que un cristiano puede hacer. Debemos, pues, asistir a Misa siempre que nos sea posible.

Hagamos de la santa Misa y la Comunión el centro de nuestra vida espiritual.

«Haced sobre todo, con vuestro diligentísimo celo, que todos los fieles asistan al sacrificio eucarístico y, para que perciban sus saludables frutos más abundantemente, exhortadlos con asiduidad a que asistan piadosamente a todas aquellas formas de devoción de que ya hemos tratado. El augustísimo sacrificio del Altar es el acto fundamental del culto divino; es necesario, por tanto, que sea también la fuente y el centro de la piedad cristiana. No consideréis satisfecho vuestro celo apostólico hasta que veáis a vuestros hijos acercarse en gran número al celeste convite que es "sacramento de piedad, signo de unidad, vínculo de caridad"» (Pío XII en la Encíclica sobre la Sagrada Liturgia).

## **152. ¿Cuál es la utilidad del sacrificio de la Misa?**

Por la santa Misa se nos aplican superabundantemente los frutos del sacrificio de la cruz; principalmente alcanzamos:

- 1) el perdón de los pecados veniales y gracia para arrepentirnos de los mortales,
- 2) la aceptación más segura de nuestras súplicas,
- 3) bendiciones temporales,
- 4) el galardón eterno.

San Leonardo de Porto Maurizio dice: «Por mi parte creo que si no existiese la Misa, ya el mundo habría sido destruido porque no podría soportar el peso de tantos pecados».

### **153. ¿Cómo debemos asistir a la santa Misa?**

Debemos asistir a la santa Misa :

- 1) con fe viva y gran reverencia,
- 2) unidos a la intención del sacerdote que ofrece a Dios un perfecto homenaje de adoración, acción de gracias, reparación e impetración,
- 3) con especial atención a las tres partes principales de la Misa : Ofertorio, Consagración y Comunión,
- 4) con la conciencia de que Cristo es la cabeza de la Iglesia y que los asistentes, en especial los miembros de una parroquia o de un convento, constituyen una familia de Dios.

Aquí se fundamenta esencialmente la exigencia de que los fieles tomen parte activa en la santa Misa, cultivando así la conciencia corporativa. Rezar y cantar en común son manifestaciones de este espíritu y medios para reforzarla, mas no son su esencia.

Hay diversas maneras de oír la Misa, todas buenas :

- a) leyendo en el misal las mismas plegarias que el sacerdote,
- b) participando en el canto litúrgico o popular o en otras formas de misa corporativa.
- c) rezando otras oraciones aprobadas, en muchos casos compuestas por santos para este fin,
- d) orando interiormente y despertando los afectos del corazón en unión con los cuatro fines principales del Sumo Sacerdote, Cristo, y del celebrante, según el siguiente orden: afectos de adoración, desde el principio de la Misa hasta el Ofertorio; de acción de gracias por los favores que Dios ha hecho a todas las criaturas del cielo y de la tierra, desde el Ofertorio a la Consagración; de reparación por todos nuestros pecados y por los del mundo entero, desde la Consagración hasta la Comunión; de petición en favor nuestro, de la Iglesia, del mundo y de las benditas almas del purgatorio, desde la Comunión hasta el fin de la Misa. San Leonardo aconsejaba este método de oír Misa, prometiendo a los que lo siguieran con constancia la rápida consecución de una gran santidad.

Si durante la Misa meditamos o rezamos el Oficio Divino o el Rosario, deberemos unirnos a la acción santa, identificándonos, por ejemplo, con el Sumo Sacerdote, Cristo, que se

ofrece por nosotros en el altar, cual víctima propiciatoria, al Padre, o dirigiéndonos con nuestro rezo directamente a Jesús.

Es de capital importancia para la vida espiritual que nuestra conducta se conforme con la santa Misa y la Sagrada Comunión, esto es, que practiquemos abnegadamente el amor a Dios y al prójimo.

### III. VISITA AL SANTÍSIMO SACRAMENTO

#### **154. ¿Por qué debemos visitar al Santísimo Sacramento?**

Debemos visitar al Santísimo Sacramento :

- 1) para acompañar a Jesús, que, por amor nuestro, está presente en el altar,
- 2) para reparar los ultrajes que precisamente sufre en este Sacramento,
- 3) para pedirle la gracia que Él promete concedernos. Acuérdense los religiosos y los que viven en establecimientos religiosos cuán grande felicidad es vivir bajo el mismo techo que Jesús.

#### **155. ¿Cómo debemos hacer la visita al Santísimo Sacramento?**

Debemos hacer la visita al Santísimo Sacramento :

- 1) adorando a Jesús con fe viva,
- 2) saludándole con amor cordial,
- 3) pidiéndole gracia con confianza,
- 4) recibéndole espiritualmente en nuestro corazón.

Cristo dirá el día del juicio al que le habrá visitado en el Santísimo Sacramento: «Tuve hambre, sed, estuve enfermo de amor, moré en la prisión del amor, fuí peregrino en la tierra; tú que te compadeciste de mí entra en el gozo de tu Señor».

También puede hacerse la visita al Santísimo espiritualmente, por ejemplo, desde casa o desde el lugar del trabajo o pasando delante de una iglesia o capilla donde esté reservado el Santísimo Sacramento.

#### IV. DEVOCIÓN A LA SANTÍSIMA VIRGEN, AL ÁNGEL DE LA GUARDA Y A LOS SANTOS

### **156. ¿Por qué debemos honrar a la Santísima Virgen?**

Debemos honrar solícitamente a la Santísima Virgen:

- 1) porque ella es Madre de Dios y nuestra,
- 2) porque ella sobrepasa, en gracia y santidad, a todos los Ángeles y Santos,
- 3) porque ella, mediante su intercesión, puede mucho ante Dios.

Ella misma dice: «Desde ahora me llamarán bienaventurada todas las generaciones, porque ha hecho en mí cosas grandes el que es poderoso» (Lc 1, 48-49).

Los Santos, la santa Madre Iglesia y, por así decirlo, la misma Trinidad Santísima, nos dan el mejor ejemplo de devoción a la Santísima Virgen: «Tú eres hija del Padre, madre del Hijo y esposa del Espíritu Santo».

María es, después de Cristo, el modelo más acabado de todas las virtudes: piedad, pureza, humildad, paciencia, fortaleza y, sobre todo, de santo amor a Dios y al prójimo.

Jesús, levantado en la cruz, nos ha dado a su Madre por Madre nuestra: «Hijo, ahí tienes a tu madre; mujer, ahí tienes a tu hijo».

Un devoto de María no se condena (SAN BERNARDO).

Aún no se ha oído decir que alguno haya recurrido al patrocinio de María y no haya sido escuchado.

Una verdadera y genuina devoción a María es señal clara de predestinación.

### **157. ¿En qué consiste la verdadera devoción a la Santísima Virgen?**

La verdadera devoción a la Santísima Virgen consiste en:

- 1) amarla filialmente,
- 2) alabarla devotamente,

- 3) invocarla confiadamente,
- 4) imitarla con diligencia y perseverancia.

Recémosle fielmente el Ángelus y el Rosario y celebremos sus fiestas preparándonos con singular alegría y devoción.

La diligente imitación de sus virtudes es la devoción que más le agrada. Es asimismo la piedra de toque más segura para saber si nuestra devoción es verdadera o huero sentimentalismo. El verdadero devoto de María se distingue por su humildad de niño que no desprecia a nadie y por su amor lleno de bondad y benevolencia para con todos.

Practica «la verdadera devoción», según la doctrina de San Luis Grignon de Montfort, el que hace todas las cosas:

a) en María, es decir, con el espíritu y disposiciones que a ella animaban;

b) con María, es decir, con su auxilio que pide constantemente;

c) para María, es decir, para su libre disposición; el devoto le entrega confiadamente sus obras y méritos y a sí mismo, a fin de que ella disponga según su beneplácito para mayor gloria de Dios y salvación de los hombres;

d) por María, es decir, por su intercesión; todo lo que pide el alma lo pide por medio de la poderosa intercesión de María, y de la mano de esta bondadosa Madre va hacia Dios.

### **158. ¿Por qué debemos venerar e invocar devotamente al Ángel de la Guarda?**

Debemos venerar e invocar devotamente al Ángel de la Guarda :

1) porque es un príncipe del celeste emperio,

2) porque nos ha sido dado por Dios, nuestro Padre, como constante compañero, protector y guía seguro.

Acuérdate siempre de su presencia y nada hagas que no harías en presencia de tu madre.

Invócala en todos los peligros de cuerpo y alma y sigue sus inspiraciones.

Considera que también los otros hombres tienen su respectivo Ángel de la Guarda. Salúdalos con frecuencia y, de conformidad con esta verdad, arregla tu conducta para con tus prójimos.

## **159. ¿Por qué debemos venerar también a los Santos?**

Debemos venerar también a los Santos porque son:

- 1) amigos predilectos de Dios,
- 2) eminentes modelos de perfección,
- 3) eficaces y solícitos protectores.

También en este caso, la devoción verdadera es imitarlos.

Muchos ejemplos de los Santos son sin duda más de admirar que de imitar. Las vidas de los Santos son una excelente lectura espiritual. Leámoslas sobre todo con el fin de edificarnos y estimularnos en el ejercicio de la virtud.

Merecen una especial veneración el patriarca San José, los Santos de nuestro nombre (de bautismo y de profesión), el fundador de la orden, los patronos del país, del pueblo, de la parroquia, de la orden, de la provincia, del convento a los cuales pertenecemos; finalmente los Santos que se señalaron en la práctica de las virtudes que a nosotros nos faltan.

## *Capítulo nono*

### EXAMEN DE CONCIENCIA

#### I. EXAMEN GENERAL

#### **160. ¿Qué se entiende por examen general de conciencia?**

Se entiende por examen general de conciencia una seria investigación de las faltas cometidas desde el último examen y de sus raíces, para arrepentirse de ellas y formular los propósitos correspondientes.

#### **161. ¿Cuáles son las ventajas del examen general?**

El examen general:

- 1) fomenta el conocimiento propio,
- 2) impide la permanencia en el pecado y la formación de malas costumbres,
- 3) ayuda a reprimir las pasiones, a desarraigar las malas costumbres y plantar las virtudes.

#### **162. ¿De qué partes consta el examen general?**

El examen general consta:

- 1) de la acción de gracias por los beneficios recibidos,

- 2) de súplica, pidiendo luz para conocer las propias faltas,
- 3) del examen propiamente dicho,
- 4) de la excitación del arrepentimiento y del dolor,
- 5) del firme propósito de no recaer en las mismas faltas.

Debe hacerse el examen por lo menos una vez al día y esto por la noche, pero mejor es hacerlo dos veces: al mediodía y por la noche. Para ello bastan unos minutos.

Es aconsejable relacionar los cinco puntos del examen con las cinco llagas de Jesucristo. Para esto pueden servir las oraciones siguientes:

«¡Oh Jesús mío!, adoro y beso la sagrada llaga de tu mano derecha. Yo ofrezco la sangre que de ella manó en acción de gracias por todos los favores y beneficios que me has dispensado hoy y en toda mi vida.»

«¡Oh Jesús mío!, adoro y beso la sagrada llaga de tu mano izquierda. Por la sangre que de ella salió, ilumina mi entendimiento, a fin de que conozca mis faltas y concédeme verdadero arrepentimiento de todos mis pecados y negligencias.»

«¡Oh Jesús mío!, adoro y beso la sagrada llaga de tu pie derecho. Por la sangre que de ella fluyó, deseo, ayudado de tu gracia, examinar ahora mi conciencia y juzgarme...» (aquí hágase el examen).

«¡Oh Jesús mío!, adoro y beso la sagrada llaga de tu pie izquierdo. Por la sangre que de él manó, perdóname los pecados y faltas de este día y de toda mi vida; pésame de todo corazón de haberlos cometido porque he merecido por ellos que tú, mi justísimo juez, me castigaras severamente, porque he sido tan ingrato contigo, mi sumo bienhechor, y porque te he ofendido a ti que eres el sumo bien hermosísimo y amabilísimo.»

«¡Oh Jesús mío!, adoro y beso la sagrada llaga de tu costado. Por la sangre que de él brotó, dame fuerzas para mejorar mi vida y no ofenderte más, especialmente para evitar esta tarde (o esta mañana) tal falta ... (o practicar tal virtud). Amén» (P. ISIDORO MEYER, O. F. M.).

Para terminar, hágase la comunión espiritual, rezando devotamente: «Alma de Cristo, santifícame».

En el examen diario puede procederse como en el examen para la confesión, recorriendo los mandamientos y las obligaciones del propio estado.

O podemos preguntarnos: ¿cómo me he portado en relación:

- a) con Dios (ejercicios de piedad)?
- b) con el prójimo en pensamientos, palabras y obras?
- c) conmigo mismo (castidad, empleo del tiempo, práctica de la virtud)?

Se puede también recorrer el día hora por hora, preguntándose dónde y con quién se ha estado, qué se ha pensado, hablado, hecho y omitido.

Trátese sobre todo de descubrir la raíz de nuestras faltas.

Sean el fruto principal la contrición y el propósito. La contrición sea siempre perfecta, y el propósito, firme y bien determinado.

Por la mañana, hágase el propósito de no incurrir en los mismos defectos que en el día anterior. Mas si se volviese a caer en ellos, levantémonos de nuevo inmediatamente, haciendo un acto de arrepentimiento y propósito y diciendo una jaculatoria, por ejemplo: «Jesús mío, misericordia».

### **163. ¿Qué ventajas ofrece el anotar los resultados del examen de conciencia?**

Anotar los resultados del examen de conciencia ofrece las siguientes ventajas:

- 1) nos obliga a hacer examen diario con celo y seriedad,
- 2) facilita el examen de conciencia para la confesión,
- 3) nos da un resumen claro de nuestro retroceso o progreso espiritual,
- 4) es un poderoso estímulo cotidiano para aspirar a la perfección,
- 5) nos ayuda a exponer sencillamente nuestra conciencia al director espiritual.

Los miembros eclesiásticos de la *Unión Apostólica* se obligan a dar cuenta por escrito de cómo cumplen un determinado reglamento. Mensualmente remiten sus notas al director regional; confiesan que del exacto cumplimiento de este requisito

sacan grandes ventajas para ellos y para las almas encomendadas a sus cuidados.

Aun en círculos seculares, se extiende cada vez más esta práctica que produce incalculables beneficios para las almas.

Sin embargo, sólo aquel que sienta un impulso suave, fuerte y continuado a hacerlo, debe adoptar esta práctica. Mas una vez comenzada no debe dejar de cumplirla por pereza ni una sola vez. Queriendo con todo dejarla totalmente, debe hacerlo tras madura reflexión y con consejo del confesor.

Lo mejor es apuntar los resultados cada noche, a una hora determinada, en un cuadro previamente trazado. Señálese un ejercicio hecho, con una cruz (+); un ejercicio omitido sin culpa, con un guión (-); si la omisión es culpable, con un cero (0). En el ejercicio de las virtudes pueden emplearse números: 1 significa muy bien, 2 bien, 3 suficiente, 4 defectuoso, 5 mal.

Tal esquema puede trazárselo cada uno. Guárdese, sin embargo, de sobrecargarlo. Se empieza con unos pocos puntos, los más importantes. Con el tiempo se va ampliando por sí solo del modo que sea para nosotros más apropiado.

Si una vez al día parece mucho, podrán hacerse tales anotaciones una vez a la semana o al mes.

Las notas enviadas por correo al director no deben contener observaciones sobre los propios pecados.

Un esquema bien trazado contiene poco más o menos lo siguiente:

| Fecha: Octubre 195...     | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. | 11. | 12. |
|---------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|
| Puntualidad al levantarse | +  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Meditación                | +  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Santa Misa                | +  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Sagrada Comunión          | +  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Examen particular         | -  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Lectura espiritual        | ○  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Oración de la noche       | +  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Rectitud de intención     | 3  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Humildad                  | 3  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Obediencia                | 2  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |
| Caridad fraterna          | 4  |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |

## II. EXAMEN PARTICULAR

### 164. ¿Qué se entiende por examen particular?

Por examen particular se entiende el examen diario de conciencia, restringido a un punto bien concreto de la vida espiritual, por ejemplo, a una falta o una virtud.

El examen particular consta de las mismas partes que el examen general (v. § 162).

Debe hacerse por lo menos dos veces al día, a saber: al mediodía y por la noche, pudiendo combinarse con el examen general.

### 165. ¿Qué ventajas tiene el examen particular?

El examen particular convierte el trabajo de desarraigo de las faltas e implantación de las virtudes en:

- 1) más fácil,
- 2) más eficaz.

Con nuestras debilidades y faltas ocurre lo que con un ovillo. Quien pretenda romperlo tomando todos sus hilos a la vez, no adelantará gran cosa; si toma, en cambio, un hilo tras otro, logrará fácilmente su intento.

Cuando no se adelanta en la vida espiritual como se debe y puede, la culpa está muy frecuentemente en el uso deficiente del examen general y sobre todo del particular.

### 166. ¿Qué debemos tomar ante todo como materia del examen particular?

Como materia del examen particular debemos tomar ante todo:

- 1) nuestras faltas,
- 2) entre éstas, las que resultan molestas o dañosas a los demás,
- 3) las virtudes, especialmente las que nos son más necesarias.

Pueden tomarse como materia del examen particular, p. ej.:

a) las faltas siguientes:

dureza en los juicios y en las palabras hablando de los demás, hablando a los otros, en los modales, guardando rencor por las injurias;

simpatía o antipatía desordenadas:

desobediencia, ejecutando los mandatos de mala gana, re-funfuñando, con palabras de rebeldía;

falta de puntualidad al levantarse, al empezar o terminar las prácticas piadosas, trabajo o recreación;

complacencia de uno mismo, en pensamientos, palabras y en el porte;

pereza en el trabajo, en la oración, en la postura, vanos ensueños.

sensualidad en el comer y beber con demasía y avidez de golosinas, o comiendo fuera de sus horas;

curiosidad en mirar, leer, ver;

impaciencia en el trabajo, en las contrariedades;

insinceridad en las palabras y en la conducta;

locuacidad, rompimiento del silencio;

b) los siguientes ejercicios de piedad o virtud:

renovar frecuentemente la rectitud de intención, jaculatorias, rezar al sonar la hora, recogimiento antes de la oración, fervor durante la oración, frecuentes comuniones espirituales, vivir en la presencia de Dios;

pensar, hablar, prestar servicios, callar, oír con caridad;

humildad en los desprecios, en la censura, en el fracaso;

obediencia puntual, fiel cumplimiento de los deberes, buena voluntad, aceptar las miras de los superiores, solidarizarse con ellas;

alegría espiritual y confianza en Dios en el pensamiento y en todo el ser, paciencia y abandono a Dios en las adversidades;

comentarse con lo que a uno le dan, pedir permiso, trato cuidadoso de las cosas que se nos han confiado.

c) durante la enfermedad, pueden tomarse los siguientes puntos para el examen particular: abandono a la voluntad de Dios, paciencia, docilidad a las prescripciones del médico y de los superiores, agradecimiento, fidelidad a los ejercicios piadosos que a uno le permitan hacer, visitas espirituales, con la mayor frecuencia posible, al Santísimo Sacramento.

Es siempre conveniente y práctico el ejercicio de la conformidad con la voluntad de Dios (P. RODRÍGUEZ, S. I.).

## **167. ¿Qué importa mucho para el éxito del examen particular?**

Para el éxito del examen particular importa mucho :

- 1) que nos propongamos poco cada vez, pero que sea bien concreto,
- 2) que cada mañana renovemos el propósito correspondiente y pidamos fuerzas para cumplirlo,
- 3) que hagamos el examen con seriedad y fervor,
- 4) que lo hagamos sobre la misma materia hasta que logremos un mejoramiento notable.

Al combatir un defecto con el examen particular, unamos a ello, al mismo tiempo, la práctica de la virtud contraria.

Es muy conveniente apuntar los resultados de este examen en un cuaderno. Se da cuenta de ello en la confesión, diciendo después de la declaración de los pecados: «El asunto de mi examen particular es... La semana pasada he faltado o practicado la virtud tantas veces. Esta semana, tantas.»

Un esquema ayudará mucho a llevar la cuenta del examen particular, registrando al mediodía y por la noche, o al menos por la noche:

- a) el número de faltas cometidas o actos de virtud practicados,
- b) las calificaciones que hayamos merecido en la lucha contra el defecto, objeto del examen, o en la práctica de la virtud,
- c) las rayas de tamaño diverso, representando, las más grandes, las faltas o actos de virtud más notables, y las pequeñas, las faltas o actos de virtud de menor importancia.

Este tercer modo es el más completo.

En la indicación escueta del número no aparece la importancia de la falta o del acto de virtud.

La indicación de la calificación no evidencia el número de faltas o actos de virtud.

Deben compararse los resultados de cada semana entre sí.

Por lo demás, la importancia de estos apuntes no está tanto en determinar el número de faltas o actos de virtud cuanto en la conservación y aumento del fervor. La negligencia en escribir los resultados es indicio de pereza espiritual.

Puede trazarse el esquema para el examen particular del modo que se indica en la página siguiente.

a) para el número o calificación (M=mañana, N=noche):

| Semana:   |    | Materia: Silencio |                |                |      |  |  |  |
|-----------|----|-------------------|----------------|----------------|------|--|--|--|
|           |    | 4.—10.<br>VII.    | 11.—17<br>VII. | 18.—24<br>VII. | etc. |  |  |  |
| Domingo   | M. | 4                 |                |                |      |  |  |  |
|           | N. | 2                 |                |                |      |  |  |  |
| Lunes     | M. | 5                 |                |                |      |  |  |  |
|           | N. | 2                 |                |                |      |  |  |  |
| Martes    | M. | 4                 |                |                |      |  |  |  |
|           | N. | 4                 |                |                |      |  |  |  |
| Miércoles | M. | 7                 |                |                |      |  |  |  |
|           | N. | 4                 |                |                |      |  |  |  |
| Jueves    | M. | 3                 |                |                |      |  |  |  |
|           | N. | 2                 |                |                |      |  |  |  |
| Viernes   | M. | 6                 |                |                |      |  |  |  |
|           | N. | 4                 |                |                |      |  |  |  |
| Sábado    | M. | 5                 |                |                |      |  |  |  |
|           | N. | 5                 |                |                |      |  |  |  |
| Suma      |    | 57                |                |                |      |  |  |  |

b) para rayas:

| Semana    |    | Materia: Paciencia en el trabajo |                      |           |      |  |  |  |
|-----------|----|----------------------------------|----------------------|-----------|------|--|--|--|
|           |    | 4—10 VII                         | 11—17 VII            | 18—24 VII | etc. |  |  |  |
| Domingo   | M. |                                  | ·                    |           |      |  |  |  |
|           | N. | ·                                | ...                  |           |      |  |  |  |
| Lunes     | M. | ·                                | ·                    |           |      |  |  |  |
|           | N. | ·...                             | ·                    |           |      |  |  |  |
| Martes    | M. | ·...                             | ·...                 |           |      |  |  |  |
|           | N. | ·                                | ·...                 |           |      |  |  |  |
| Miércoles | M. | ·...                             | ·...                 |           |      |  |  |  |
|           | N. | ·...                             | ·...                 |           |      |  |  |  |
| Jueves    | M. | ·...                             | ·...                 |           |      |  |  |  |
|           | N. | ·                                | ·...                 |           |      |  |  |  |
| Viernes   | M. | ·...                             | ·...                 |           |      |  |  |  |
|           | N. | ·                                | ·...                 |           |      |  |  |  |
| Sábado    | M. | ·                                | ·                    |           |      |  |  |  |
|           | N. | ·                                | ·...                 |           |      |  |  |  |
| Suma      |    | 21  <br>32  <br>24 .             | 28  <br>32  <br>33 . |           |      |  |  |  |

### III. EL DIARIO ESPIRITUAL

#### 168. ¿Qué se puede escribir en el diario espiritual?

En el diario espiritual se pueden escribir :

1) las ilustraciones que se reciben en la meditación y en la lectura espiritual,

2) los pensamientos que más impresión nos han causado en sermones y pláticas, lo mismo que el fruto de las consultas espirituales,

3) la ojeada retrospectiva a nuestra conducta para con Dios, con el prójimo y nosotros mismos, con el fin de sacar provecho de ello para el futuro,

4) las previsiones para el futuro, concretando planes para la vida espiritual y para el trabajo, escogiendo los medios apropiados y previendo las dificultades y obstáculos.

No es necesario tomar notas todos los días. Escríbase solamente lo que tenga un valor real para la vida espiritual. Bueno es indicar el lugar y la fecha. Evítense los sentimentalismos y sensiblerías huecos; no se den nombres de personas; no se perpetúen por escrito las injusticias sufridas y, en fin, nada se escriba que no concierna a la propia alma.

#### 169. ¿Cuáles son las ventajas de un buen diario espiritual?

Las ventajas de un buen diario espiritual son las siguientes :

1) con el correr de los años se va convirtiendo en un verdadero tesoro de estímulos espirituales y experiencias personales,

2) fomenta el conocimiento propio y descubre las tretas de nuestras ilusiones,

3) ordena y orienta toda nuestra vida,

- 4) mantiene vigilante el celo para el bien,
- 5) ayuda al conocimiento de los hombres y constituye una constante exhortación a la paciencia con las faltas y debilidades ajenas.

#### IV. CONOCIMIENTO DE LA PASIÓN DOMINANTE

##### **170. ¿Qué se entiende por pasión dominante?**

Se entiende por pasión dominante la inclinación mala que:

- 1) más o menos conscientemente predomina en la vida de nuestra alma,
- 2) es origen de la mayor parte de nuestras faltas o tentaciones, y de las más graves.

La pasión dominante puede ser más o menos fuerte, puede cambiar según la edad y las circunstancias.

Hay personas que tienen dos o más inclinaciones o debilidades peligrosas.

El conocimiento de la pasión dominante con todos sus perniciosos influjos es una gracia extraordinaria y la condición necesaria para practicar con éxito la virtud.

##### **171. ¿Cómo aprenderemos a conocer nuestra pasión dominante?**

Aprenderemos a conocer nuestra pasión dominante si:

- 1) a menudo y con fervor pedimos luz para conocerla,
- 2) examinamos con diligencia nuestros pensamientos, palabras y conducta instintivos, y nuestras tentaciones,
- 3) consideramos además qué faltas principalmente nos reprochan los otros,

4) reflexionamos sobre las faltas que más nos chocan y desagradan en los demás,

5) nos examinamos sobre qué faltas hemos siempre de confesar,

6) nos aconsejamos sinceramente con el superior o director sobre esta materia.

Debemos buscar la pasión dominante:

a) dentro del triple círculo de la concupiscencia de los ojos, de la concupiscencia de la carne y soberbia de la vida,

b) entre los siete pecados capitales,

c) entre los defectos de nuestro temperamento.

## 172. ¿Cuáles son los cuatro temperamentos principales?

Los cuatro temperamentos principales son:

1) el sanguíneo o alegre-expansivo,

2) el colérico o impetuoso-energico,

3) el melancólico o triste-caviloso,

4) el flemático o lento-abandonado.

Cada temperamento tiene sus luces y sus sombras.

Es raro que se dé en una persona un temperamento puro. De ordinario los temperamentos se combinan.

Tarea de la autoeducación es cultivar o adquirir lo bueno de cada temperamento y apartar de sí o domeñar lo malo.

También en esto es Jesucristo nuestro más acabado modelo, pues tiene lo mejor de cada temperamento en modo perfectísimo y de ninguno el más pequeño defecto o flaqueza.

Cada temperamento tiene los siguientes peculiares defectos:

a) el sanguíneo es frívolo, superficial, inconstante, vanidoso, intemperante, impuro; con facilidad miente y exagera;

b) el colérico es soberbio (terco, mandón, arrogante, ambicioso, desobediente, rebelde), irascible (vengativo, intolerante, de corazón duro, grosero), envidioso (mordaz, pendenciero, desleal);

c) el melancólico es desconfiado con Dios, con los hombres y consigo mismo (reservado, cobarde, tímido, hostil, no olvida las sinrazones y los agravios), avaro (receloso, inquieto);

d) el flemático es perezoso, no observa el recogimiento ni el silencio, poco puntual, intemperante y lujurioso.

Las cualidades buenas de los temperamentos son las siguientes:

a) el sanguíneo es alegre, afable, comunicativo, sincero, compasivo, servicial, dócil, perdona pronto las injurias, fácilmente vuelve atrás en sus errores;

b) el colérico posee de ordinario una inteligencia poderosa y penetrante, se entusiasma por todo lo noble y grande y es enérgico y decidido de voluntad, no conoce la cobardía ni el desaliento, realiza sus planes y propósitos con celo y energía, en el trabajo es rápido y diligente, con facilidad se recoge para orar, paciente y sacrificado en los dolores, no se le torna penosa la guarda de la castidad. Como es firme en el obrar y breve, claro y preciso en el hablar adquiere con facilidad gran prestigio y amplio influjo;

c) el melancólico ama la soledad, el silencio y la oración interior, a causa de sus dotes de corazón llega a ser un consejero benévolo, prudente y digno de confianza, compadece cordialmente las miserias humanas y está pronto a servir y sacrificarse;

d) el flemático puede ser incansable en el trabajo, no le amilanan los fracasos, permanece tranquilo y discreto y posee un juicio sobrio y práctico, no es pretencioso.

## *Capítulo décimo*

### ESPECIALES PRÁCTICAS DE PIEDAD DURANTE EL AÑO

#### **173. ¿Qué prácticas sirven de manera especial para mantener el fervor?**

Sirven para mantener el fervor, de manera especial:

- 1) la santificación del domingo y fiestas de guardar.
- 2) el retiro mensual,
- 3) los ejercicios anuales.

#### I. LA SANTIFICACIÓN DEL DOMINGO Y FIESTAS DE GUARDAR

#### **174. ¿Cómo hay que santificar el domingo y fiestas de guardar?**

Se debe santificar el domingo y fiestas de guardar:

- 1) asistiendo devotamente a la santa Misa, recibiendo con fervor los Santos Sacramentos y oyendo con fe viva la palabra de Dios,
- 2) participando por la tarde en las Vísperas y la bendición del Santísimo Sacramento,
- 3) haciendo a hora conveniente el repaso semanal de nuestra conducta,
- 4) proporcionando al alma y al cuerpo un esparcimiento agradable a Dios.

5) absteniéndose de trabajos serviles y diversiones malas, peligrosas y frívolas.

«Es muy deseable que los fieles tomen también parte activa los días festivos en el canto o en la recitación del oficio de Vísperas en sus propias parroquias...

El domingo y días festivos deben, por tanto, estar consagrados al culto divino, con el que se adora a Dios y el alma se nutre del alimento celestial...

Nuestro ánimo se entristece profundamente al ver cómo en nuestros tiempos pasa el pueblo cristiano las tardes de los días festivos: los locales de espectáculos públicos y de juegos están llenos, mientras que las iglesias se ven menos frecuentadas de lo que convendría. Sin embargo, es indudablemente necesario que todos se acerquen a nuestros templos para ser instruídos en la verdad de la fe católica, para cantar las alabanzas de Dios y para ser enriquecidos por el sacerdote con la bendición eucarística y proveerse de la ayuda celestial contra las adversidades de la vida presente» (Pío XII en su Encíclica sobre la Sagrada Liturgia).

El repaso semanal de nuestra vida espiritual consiste en dedicar un espacio de tiempo más largo a:

- a) dar gracias a Dios por los favores recibidos,
- b) examinar a fondo el estado del alma,
- c) despertar un profundo dolor de los pecados cometidos y hacer propósitos prácticos para la semana siguiente.

Puede también hacerse este repaso en combinación con la confesión semanal o en la meditación del sábado.

Un modo excelente de dar esta mirada retrospectiva es sirviéndonos del Vía crucis o del Rosario como escuela de virtudes (§§ 139 y 136).

La lectura de un libro escogido, un paseo admirando las maravillas de la naturaleza, obra de Dios, una diversión en la intimidad de la familia o con los amigos, proporcionan honesto y saludable esparcimiento.

«Como hayan sido tus domingos será el día de tu muerte.»

La santificación del día del Señor puede traer a la familia, a la sociedad y al mundo entero al recto camino.

## II. EL RETIRO MENSUAL

### 175. ¿En qué consiste el retiro mensual?

El retiro mensual consiste en consagrar, de modo especialísimo, un día al mes al bien de nuestra alma :

1) haciendo una meditación más amplia sobre una verdad eterna,

2) realizando las prácticas piadosas del día con un profundo recogimiento y un fervor más vivo,

3) examinando el estado de nuestra alma detalladamente,

4) inquiriendo cómo hemos cumplido los propósitos de los ejercicios y renovándolos,

5) haciendo propósitos prácticos y concretos para el mes siguiente,

6) preparándonos para la muerte con una meditación apropiada.

«De modo particular esforzaos para que muchísimos, no sólo del clero, sino también seculares y especialmente los pertenecientes a las asociaciones religiosas y a las ramas de Acción Católica, tomen parte en los retiros mensuales y en los ejercicios espirituales realizados en determinados días para fomentar la piedad. Como hemos dicho ya antes, estos ejercicios espirituales son utilísimos e incluso necesarios para instilar en las almas la verdadera piedad y para formarlas en la santidad, de modo que puedan obtener de la Sagrada Liturgia beneficios más eficaces y abundantes» (Pío XII en la Encíclica sobre la Sagrada Liturgia).

El retiro empieza ya la víspera por la noche. Para hacerlo es más conveniente usar de un libro a propósito. Excelente consejo es dedicar el día anterior a una acción de gracias, haciendo todos los ejercicios de piedad con este fin (GIER, S. V. D.).

Muy importante y eficaz es la meditación de la muerte. El momento más indicado para hacerla es al final del día de retiro. San Leonardo aconseja emplear una hora por la mañana y otra por la tarde para realizarla, practicando con mucho recogimiento y fervor los siguientes actos:

a) representate a lo vivo que yaces en el lecho de muerte, estás desahuciado de los médicos, te has despedido de tus pa-

rientes y amigos, has recibido los Santos Sacramentos, oyes las últimas recomendaciones del confesor y esperas la muerte inminente;

b) pregúntate que querrías haber hecho durante tu vida en relación a:

- 1) Dios,
- 2) tu prójimo,
- 3) ti mismo;

c) arrepiéntete en lo más profundo de tu corazón de las faltas, pecados y negligencias cometidas y promete seriamente que vas a mejorar de vida;

d) declárate pronto a morir, porque:

- 1) Dios ha ordenado que todos los hombres han de morir,
- 2) tú lo has merecido por tus muchos pecados,
- 3) no eres digno de continuar viviendo por el mal uso que del tiempo has hecho,

4) anhelas unirte con Dios eternamente en el cielo,

5) estás completamente de acuerdo con la sentencia de muerte contra ti decretada en el cielo. Desea que tal sentencia se cumpla en el año, mes, día, momento, modo y manera que sean a Dios agradables.

El ejercicio principal del día de retiro es, sin embargo, el examen de conciencia. El examen debe descender a detalles, recorriendo una por una las obligaciones para con Dios, con el prójimo y con uno mismo. No es menos importante que se formulen propósitos prácticos y precisos para el siguiente mes.

Como base de un examen más corto pueden tomarse:

a) los nueve grupos de pecados veniales que estorban el progreso de la vida espiritual (§ 19),

b) los defectos y los ejercicios de piedad o virtud señalados como materia del examen particular (§ 166),

c) las señales de la buena o mala intención (§§ 71, 72),

d) las virtudes recomendadas para el Rosario o el Vía crucis meditados (§§ 136, 139),

e) la discreción de espíritus (§ 187).

El siguiente cuestionario, que abraza los puntos esenciales sobre la vida espiritual tratados en este Catecismo, contiene un examen muy detallado:

1. ¿Cómo me he portado con relación a Dios?

1) Vida de piedad

a) ¿Procuró vivir siempre en la presencia de Dios? ¿He evitado la disipación y las distracciones voluntarias? ¿He renovado a menudo la recta intención? ¿He hecho jaculatorias?

b) ¿Cómo he rezado las oraciones de la mañana? ¿He hecho al comenzar el día, con particular fervor, la recta intención y el ofrecimiento de obras? ¿He hecho con fervor el propósito de no cometer pecado alguno a ningún precio? ¿He renovado el propósito particular?

c) ¿He rezado antes y después de comer? ¿He hecho bien estas oraciones cuando como solo? ¿Despacio, con fervor, completamente?

d) ¿Cómo he rezado las oraciones de la noche? ¿Cómo ha sido mi contrición? ¿He hecho el acto de preparación para la muerte? ¿He ofrecido a Dios los últimos pensamientos del día lo mismo que la meditación, Misa y Comunión del día siguiente?

e) ¿He hecho la meditación con esmero y regularidad? ¿He hecho con cuidado la preparación próxima y remota? ¿He excitado los afectos y orado muy de veras? ¿He hecho propósitos prácticos? ¿Y los he cumplido? ¿He recordado a menudo, durante el día, el asunto de la meditación? ¿Qué ventajas he sacado de la meditación?

f) ¿Cómo he rezado el oficio? ¿A su debido tiempo? ¿En actitud digna? ¿Con atención, despacio, sin prisas? ¿He observado bien las rúbricas? ¿He pronunciado distintamente las palabras? ¿Me he recogido previamente, y he conservado la devoción durante el rezo? ¿He tratado de conservarla después del mismo?

g) ¿Cómo he asistido a la santa Misa? ¿He estado recogido, especialmente desde la Consagración hasta la Comunión? ¿He perdido la Misa por pereza o indiferencia, habiendo podido asistir?

h) ¿He hecho regularmente el examen de conciencia? ¿El particular y el general? ¿Con seriedad? ¿Con arrepentimiento y propósito? ¿Anoto fielmente los resultados? ¿Qué provecho saco de esta práctica?

i) ¿He rezado, siempre que me ha sido posible, el Rosario? ¿He hecho la visita al Santísimo Sacramento? ¿He recorrido, siempre que me ha sido posible, las estaciones del Vía crucis? ¿Devotamente? ¿Con fruto?

j) ¿He tenido diariamente lectura espiritual? ¿Me preparo brevemente a ella? ¿He leído despacio y meditando? ¿No por curiosidad, sino para aprovecharme espiritualmente? ¿Qué ventajas he sacado de ello?

## 2. Recepción de los Santos Sacramentos

a) ¿Cómo he hecho la preparación y acción de gracias remotas para la Comunión? ¿Cómo la preparación y acción de

gracias próximas? ¿He aprovechado del mejor modo posible los preciosos minutos en la presencia real del Divino Salvador? ¿He hecho la Comunión espiritual frecuentemente? ¿Qué fruto he sacado de este Santísimo Sacramento?

b) ¿He confesado siquiera una vez a la semana? ¿He hecho bien el examen de conciencia, el arrepentimiento, el propósito, la acusación? ¿He cumplido bien la satisfacción?

### 3. El ejercicio de las tres virtudes teologales

a) ¿Es viva mi fe? ¿Hago a menudo actos de esta virtud? ¿Lo miro todo a la luz de la fe, en especial a los superiores, a los iguales, a los inferiores? ¿También a las contrariedades, enfermedades, éxitos, fracasos? ¿He desechado inmediatamente las dudas sobre la fe? ¿Me he librado de las supersticiones? ¿Siento la máxima reverencia hacia el Santo Padre, los obispos o sacerdotes? ¿Pienso y hablo de ellos como corresponde a su dignidad? ¿Acato de todo corazón las decisiones, mandatos y deseos de la santa Madre Iglesia? ¿Pido que se cumplan sus intenciones?

b) ¿Mi esperanza en Dios, es incommovible? ¿He puesto en Él toda mi confianza? ¿En Él solo? ¿He arrojado decididamente lejos de mí toda desconfianza y desaliento? ¿Me he descorazonado por mis faltas? ¿Me he alegrado con el pensamiento del cielo? ¿He ofendido la misericordia de Dios por presunción?

c) ¿Amo a Dios realmente de todo corazón? ¿Sobre todo? ¿Más que a mis intereses, comodidades, vanidades, fama, éxitos, salud; más que a todos los bienes transitorios? ¿Busco solamente su gloria y el cumplimiento de su santa voluntad? ¿Estoy pronto a morir mil veces antes que desagradarle con un solo pecado? ¿Hago a menudo actos de amor a Dios? ¿Es mi único afán agradar exclusivamente a Dios en cuanto hago o dejo de hacer?

### II. ¿Cómo me he comportado con relación a mis prójimos?

1) ¿Los amo sincera y sobrenaturalmente? ¿Soy jovial con todos? ¿Tengo paciencia con sus debilidades? ¿Procuró ser todo para todos? ¿No les hago sufrir con mis singularidades? ¿He sospechado sin fundamento? ¿He juzgado temerariamente? ¿He hablado de sus faltas? ¿He oído con gusto tales conversaciones? ¿He propalado algo en perjuicio suyo? ¿He fomentado la delación, promovido la discordia? ¿He reparado los males causados con ello? ¿He aclarado con calma y claridad los malentendidos? ¿He guardado rencor? ¿He reprimido la aversión? ¿He desechado las aficiones desordenadas? ¿He orado

por mi prójimo? ¿He observado las conveniencias sociales y las reglas de la educación, sobre todo en la mesa y en la recreación?

2) ¿He sido amable con mis parientes, amigos, bienhechores, hermanos en religión? ¿He dado motivo de escándalo con mis palabras, con mi comportamiento? ¿Doy siempre buen ejemplo? ¿Rezo por mis prójimos, especialmente por los pecadores herejes, incrédulos, paganos, moribundos, por mi patria? ¿Ruego por mis enemigos y los de mi familia u orden?

3) ¿Soy amable con mis subordinados? ¿Afable? ¿Prudente? ¿Solicito de sus necesidades corporales y espirituales?

4) ¿Rezo con frecuencia por las benditas almas? ¿Especialmente por las de mis parientes, hermanos en religión y bienhechores difuntos? ¿Soy diligente en ganar indulgencias?

### III. ¿Cómo me he portado conmigo mismo?

#### 1. En relación a mis defectos:

a) ¿Me conozco a mí mismo? ¿Mis inclinaciones principales? ¿Mis debilidades? ¿Qué piensan y dicen los otros de mí? ¿Recibo como justas las advertencias que se me hacen, en especial por parte de los superiores y del director espiritual? ¿En qué cosas es más grave el peligro de engañarme a mí mismo?

b) ¿Cómo lucho contra mis faltas, en especial contra la soberbia, vanagloria, sensualidad, comodidad, avidez de golosinas, dureza, veleidad, dejadez, melancolía?

c) ¿Cuál es mi pasión dominante? ¿La combato seriamente? ¿Con renuncia heroica? ¿En todas las ocasiones? ¿Se ha verificado un notable mejoramiento? ¿O mi pasión dominante es cada vez peor y más peligrosa?

#### 2. En relación a la mortificación:

a) ¿Practico con espíritu de sacrificio la mortificación externa? ¿Me abstengo de ver, hablar, oír, comer, beber cosas peligrosas o inútiles, y a veces incluso de las permitidas? ¿Soy melindroso cuando se trata de mi salud? ¿O descuidado? ¿Cuál es mi actitud cuando estoy sentado, de pie, andando, de rodillas? ¿Cuando voy solo? ¿O en compañía de otros? ¿He fomentado internamente el espíritu de sacrificio? ¿He seguido la prudencia cristiana, no la terrena? ¿He pedido permiso a mis superiores o director espiritual para hacer mortificaciones extraordinarias?

b) ¿Practico diligentemente la mortificación interna? ¿Sostengo tercaamente mi opinión? ¿Adquiero diligentemente los conocimientos necesarios a mi estado y profesión? ¿Me abs-

tengo de pensamientos e imaginaciones malos, peligrosos e inútiles? ¿Procuro estar ocupado en buenos pensamientos? ¿Recuerdo con inquina las injusticias que me han hecho? ¿Me someto voluntariamente a la providencia de Dios? ¿A los deseos buenos o al menos permitidos de mis prójimos?

3. En relación a las virtudes:

a) ¿Pongo sumo empeño en practicar y adquirir las virtudes? ¿Estoy satisfecho con mi medianía? ¿Estoy resuelto a practicar las virtudes heroicamente? ¿En qué cosas he realizado actos heroicos de virtud?

b) ¿Ejercito la prudencia cristiana? ¿Al hablar? ¿Callar? ¿Obrar? ¿Evito la astucia? ¿Empleo para el logro de mis fines solamente medios honrados?

c) ¿Cómo practico la virtud de la justicia? ¿Cómo la de la religión? ¿Cómo observo las rúbricas y ceremonias en los oficios divinos? ¿Soy agradecido de corazón? ¿Con buenos sentimientos? ¿Con palabras? ¿Con hechos? ¿Soy leal?

d) ¿Cómo practico la virtud de la templanza? ¿Soy humilde? ¿Me complazco en pensar en mí mismo? ¿Ocupome mucho de mí mismo, de mis aptitudes y méritos? ¿Hablo mucho de mí mismo? ¿Soy fanfarrón? ¿Gusto de que me quieran, me alaben, me miren? ¿Combato mi susceptibilidad? ¿La ambición? ¿Huyo de toda hipocresía?

e) ¿Cómo practico la virtud de la fortaleza? ¿Me descorazonan fácilmente las dificultades? ¿Soy generoso con Dios? ¿Emprendo obras que sobrepasan a mis fuerzas? ¿Evito la inconstancia, la irresolución? ¿Soy sufrido en los trabajos y dolores?

IV. ¿Cómo cumplo las obligaciones propias de mi estado?

1) ¿Estoy firmemente decidido a hacer lo posible para alcanzar la cima de la perfección? ¿O me doy conscientemente por satisfecho con una medianía? ¿Y eso por pereza espiritual? ¿Por cobardía?

2) Sobre todo los religiosos preguntense: ¿Cómo cumplo mis votos? ¿Practico diligentemente las virtudes correspondientes?

a) ¿Cómo me comporto con relación al voto y virtud de la pobreza? ¿Me contento con pocas cosas y de poco valor? ¿Me alegro de experimentar alguna vez los efectos reales de la pobreza? ¿Se apegan mi corazón a las criaturas: convento, celda, hábito, alimentación, útiles de trabajo, etc? ¿Pido, de modo conveniente, permiso para usar las cosas? ¿Soy parco

y cuidadoso en el uso de las cosas a mí confiadas? ¿Dispongo a mi talante de las cosas sobre las que no tengo derecho de propiedad? ¿Tengo cosas superfluas o preciosas? ¿En mi celda?

b) ¿Cómo observo el voto de castidad? ¿Evito miradas y lecturas peligrosas? ¿Soy decidido contra las tentaciones que surgen? ¿Resisto a las tentaciones impuras tan pronto se levantan? ¿Soy reservado en el trato con personas de otro sexo? ¿Evito familiaridades peligrosas? ¿Me engaño a mí mismo en esta materia? ¿Soy sincero con mi confesor respecto a esta cuestión? ¿Soy honesto y recatado? ¿Me abstengo de expresiones groseras y chistes incorrectos? ¿Soy escrupuloso y púdico?

c) ¿Cómo me comporto en cuanto al voto y virtud de la obediencia? ¿Miro a mis superiores como representantes de Dios? ¿Les demuestro reverencia, amor, confianza? ¿He criticado su persona o sus mandatos? ¿He espiado su proceder? ¿Hablado de sus defectos? ¿He atajado, siéndome posible, las conversaciones dirigidas en contra suya? ¿Me he puesto a favor de ellos, defendiéndolos? ¿He cumplido sus mandatos? ¿Con gusto? ¿Sin demora? ¿Sometiendo la inteligencia y la voluntad? ¿He salido al encuentro de sus deseos? ¿Los he prevenido? ¿Saben mis superiores que pueden hacer conmigo todo lo que fuere conforme al espíritu de la regla? ¿Obedezco gustosamente también a los superiores menores? ¿Reprimo inmediatamente y con decisión los primeros movimientos de aversión? ¿De desconfianza? ¿Pido por mis superiores? ¿Observo fielmente las prescripciones y consejos de la regla y estatutos, lo mismo que las costumbres de la provincia y convento? ¿Soy puntual, en cuanto me es posible, en los actos de comunidad?

3) ¿Soy sincero con mi director? ¿Déjome guiar voluntariamente? ¿Cumplo regularmente sus consejos?

4) ¿Cómo cumplo el reglamento y el horario? ¿Me levanto a la hora establecida? ¿Asisto puntualmente a la oración, al trabajo, a la recreación? ¿Cómo observo el silencio? ¿Cómo respeto la tranquilidad de la casa? ¿Empleo bien el tiempo?

5) ¿Cómo cumplo las obligaciones de mi oficio particular? ¿Soy, en ello, concienzudo y puntual? ¿Trabajo diligentemente?

6) ¿Trabajo asiduamente en el perfeccionamiento de mi personalidad natural, por el cuidado de mi salud física, por la formación de mis aptitudes espirituales, adquisición de valiosos conocimientos, aumento de la capacidad profesional? ¿Cómo cumplo mis obligaciones para con la familia, el pueblo, la parroquia, la nación, la Iglesia, la humanidad?

v. ¿Siento aún vivo el fervor de los ejercicios espirituales?

¿Qué propósitos hice en los últimos ejercicios? ¿Cómo los he cumplido hasta ahora? ¿Qué me propongo practicar especialmente el mes próximo?

### **176. ¿Qué ventajas tiene el retiro mensual?**

El retiro mensual tiene las siguientes ventajas :

- 1) impide el enfriamiento del fervor,
- 2) promueve el conocimiento propio,
- 3) reaviva los propósitos de los ejercicios,
- 4) es una excelente preparación para la muerte.

San Leonardo atribuye a la práctica fiel del retiro mensual importancia decisiva para conservar el fervor de los ejercicios. Alegar que no se tiene tiempo no es una razón que nos excuse del abandono de una práctica de tanta trascendencia en la vida espiritual. Esto es ahorrar tiempo de una manera completamente absurda.

## **III. LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES ANUALES**

### **177. ¿Qué hay que notar con relación a los ejercicios espirituales anuales?**

Con relación a los ejercicios espirituales anuales, debemos :

- 1) apreciarlos como el don más excelente que Dios nos hace durante el año, y como el medio más eficaz para la perseverancia y santificación propias ;
- 2) prepararnos a ellos con fervorosas plegarias, grandes deseos y haciendo una novena ;
- 3) escribir, a ser posible, las ilustraciones y mociones que en ellos recibamos ;
- 4) conservar el fruto de ellos, repitiendo con frecuencia las meditaciones que aquellos días se efectuaron, manteniendo siempre frescos los propósitos y procurando cumplirlos fielmente.

## *Capítulo undécimo*

### **CINCO MEDIOS NECESARIOS PARA LA PERFECCIÓN**

#### **178. ¿Cuáles son esos cinco medios necesarios para la perfección?**

Esos cinco medios necesarios para la perfección son :

- 1) ardientes deseos de lograrla,
- 2) humilde desconfianza de las propias fuerzas.
- 3) firme confianza en Dios,
- 4) continua vigilancia sobre sí mismo,
- 5) fidelidad en las cosas pequeñas.

Ya hemos tratado de otros medios para la perfección, muy trascendentales también, como son la recepción de los Santos Sacramentos, los distintos modos de orar, el examen de conciencia y las principales prácticas piadosas durante el año.

Debido a su extraordinario alcance se tratará aún en correspondientes capítulos: de la mortificación externa e interna, de la práctica de las virtudes y desarraigo de los vicios, de las obligaciones propias de cada estado, religiosos y seglares, de la formación de la propia personalidad.

#### **I. LOS DESEOS DE PERFECCIÓN**

#### **179. ¿Cuándo experimentamos ardientes deseos de perfección?**

Experimentamos ardientes deseos de perfección cuando :

- 1) consideramos la perfección como la empresa más importante y necesaria de nuestra vida,

2) estamos firmemente decididos a servirnos de todos los medios para alcanzarla.

### **180. ¿Por qué debemos desear ardientemente la perfección?**

Debemos desear ardientemente la perfección porque sólo así:

1) buscaremos y emplearemos con diligencia los medios necesarios para alcanzarla.

2) soportaremos fácil y alegremente los sacrificios que ello lleva consigo.

Cuando deseamos una cosa con gusto y amor, nos parecen pequeños los mayores esfuerzos y trabajos.

Con facilidad cabe engaño al juzgar la buena voluntad propia. «El camino del infierno está empedrado de buenos propósitos.» El amor al sacrificio tiene en esta cuestión un alcance decisivo.

Debemos mantener vivos nuestros deseos de perfección mediante la plegaria, la meditación, la lectura espiritual y la mortificación.

## **II. HUMILDE DESCONFIANZA DE NUESTRAS PROPIAS FUERZAS**

### **181. ¿Cuándo desconfiamos humildemente de nuestras propias fuerzas?**

Desconfiamos humildemente de nuestras propias fuerzas cuando estamos persuadidos:

1) de que, a consecuencia del pecado original y de los pecados personales, nuestra naturaleza es débil e inconstante para el bien, e inclinada al mal,

2) de que nada podemos hacer sobrenaturalmente bueno ni merecedor del cielo, abandonados a nuestras propias fuerzas.

## **182. ¿Qué se sigue de la desconfianza propia?**

De la desconfianza propia se sigue que:

- 1) confiemos firmísimamente en Dios,
- 2) nos vigilemos cuidadosamente y empleemos con fervor los medios que conducen a la perfección,
- 3) demos a Dios solo el honor de nuestros éxitos y progresos.

No hay que confundir la desconfianza bien ordenada con la pusilanimidad y el desánimo. La humilde desconfianza en las propias fuerzas es, muchas veces, el medio más indicado contra tal tendencia, proveniente, a menudo, de una falsa confianza propia.

### **III. FIRME CONFIANZA EN DIOS**

## **183. ¿Cuándo confiamos rectamente en Dios?**

Confiamos rectamente en Dios cuando sin titubeos creemos que Él nos dará liberal y abundantemente su gracia para poder llegar a la perfección y alcanzar la bienaventuranza eterna.

## **184. ¿Quién confía en Dios malamente?**

Malamente confía en Dios el que opina que:

- 1) Dios no le dará su gracia gustoso o de modo suficiente,
- 2) todo lo hace Dios, sin que el hombre tenga que cooperar con la gracia.

## **185. ¿Qué efectos produce la firme confianza en Dios?**

La firme confianza en Dios nos da:

- 1) gran poder sobre el corazón de Dios,
- 2) buen ánimo y seguridad.

Es imposible que deje Dios abandonado al que fielmente confía en Él. Debemos renovar con frecuencia esta confianza en Dios, principalmente después de las faltas y tentaciones de pusilanimidad y desánimo.

#### IV. CONTINUA VIGILANCIA SOBRE NOSOTROS Y DISCRECIÓN DE ESPÍRITUS

### **186. ¿En qué consiste la vigilancia sobre nosotros mismos?**

La vigilancia sobre nosotros mismos consiste en que no sigamos ciegamente cualquier sugestión o inclinación sin examinar primero qué quiere Dios de nosotros.

### **187. ¿Qué debemos vigilar principalmente?**

Debemos vigilar principalmente que:

- 1) no nos engañen las inclinaciones torcidas de nuestra naturaleza y el enemigo malo,
- 2) no nos arrastren los malos ejemplos,
- 3) no desatendamos las inspiraciones divinas.

Debemos aprender a distinguir las inspiraciones divinas de las tendencias de nuestra mala naturaleza y de las sugestiones diabólicas.

Llámase este arte discreción de espíritus.

Las principales reglas de discreción de espíritus son, según San Leonardo de Porto Maurizio, las siguientes:

a) La naturaleza quiere que sus obras sean conocidas.

La gracia se esfuerza en ocultarlas.

b) La naturaleza se da toda entera a las cosas temporales, las busca con avidez, alégrase con la abundancia y se entristece con la pobreza y necesidad.

La gracia no concede importancia alguna a las cosas terrenas. Quiere sólo el Bien sumo, a él solo busca y sólo en él halla la paz.

c) La naturaleza es inconstante en el bien obrar. Con cualquier pequeña dificultad se desanima.

La gracia, en cambio, mira solamente a Dios y permanece inalterable en las adversidades lo mismo que en las prosperidades.

d) La naturaleza busca la alegría y el placer propios, procura satisfacer su curiosidad y el ansia de diversiones, teme el padecimiento físico, cuidando melindrosamente la salud corporal.

La gracia busca exclusivamente complacer a Dios y trata al cuerpo como animal irracional recalcitrante.

e) La naturaleza querría gozar de las consolaciones de Dios y saberse algo grande a los ojos de Dios.

La gracia hace al hombre humilde, paciente y justo sin que tenga conciencia de ello, y sirve a Dios generosamente en medio de la sequedad y aridez.

f) La naturaleza es extremosa en todo, sobrepasando los límites de la prudencia.

La gracia sabe mantenerse en el término medio, no haciendo ni más ni menos que lo que permite la obediencia.

g) La naturaleza corre siempre tras lo placentero y no quiere saber nada de mortificación.

La gracia busca los desprecios, el desasimiento de todas las cosas y todo lo que a Dios lleva. Se esfuerza en amarle de todos modos y en cualquier situación, haciendo en todo su santa voluntad.

h) La naturaleza empuja instintivamente a los pecados capitales, en especial a la soberbia y a la sensualidad.

La gracia resiste al engrimiento del corazón, a la presunción de espíritu, a las delicias sensuales, inclinándose siempre a la humildad, a la abnegación, a la pureza, al desprendimiento y a la sencillez.

Las simpatías o antipatías desmesuradas, los gustos o repugnancias que surgen arrebatadamente, son sospechosas.

La atención con que debemos vigilarnos no ha de degenerar en ansiedad ni cansar el cerebro.

## V. FIDELIDAD EN LO POCO

### **188. ¿En qué consiste la fidelidad en lo poco?**

La fidelidad en lo poco consiste en :

1) cumplir con todo cuidado aun las obligaciones más pequeñas (prácticas de la vida espiritual, cumpli-

miento de los deberes profesionales, prescripciones de la regla, deseos de los superiores, costumbres de la Orden, reglamento y horario).

2) evitar, en cuanto nos sea posible, aun las más pequeñas faltas voluntarias (fugaces movimientos de sospecha, vanidad, enojo, palabras inútiles, pequeñas mentiras).

3) soportar con paciencia los trabajos ordinarios (cansancio, indisposiciones, ofensas, humillaciones).

Aprovechar las pequeñas ocasiones de mortificarse y ejercitar la virtud, es practicar en alto grado la fidelidad en lo poco.

### **189. ¿Por qué debemos ser fieles en lo poco?**

Debemos ser fieles en lo poco porque con ello:

1) nos guardamos de la tibieza,

2) merecemos el beneplácito y abundantes gracias de Dios,

3) progresamos grandemente en la perfección y alcanzamos la felicidad de los corazones puros,

4) nos ganamos un gran premio en el cielo.

Lo que nos aparta del mal o nos acerca al bien no es pequeño.

La fidelidad en las cosas pequeñas es precisamente la virtud de los Santos.

Es obligatoria en la medida en que esas pequeñeces estén mandadas o prohibidas.

La fidelidad en lo poco debe ir unida a la prudencia. Va equivocado quien por cumplir una obligación pequeña abandona otra mayor.

Debe imperar la delicadeza de conciencia no sólo en los individuos, sino también en la comunidad como tal. «Cualquier institución religiosa decae completamente cuando, despreciando las faltas pequeñas, se enfría poco a poco el fervor» (SAN ANSELMO).

## *Capítulo duodécimo*

# MORTIFICACIÓN INTERNA Y EXTERNA

## I. MORTIFICACIÓN EN GENERAL

### **190. ¿En qué consiste la mortificación?**

La mortificación consiste en aceptar los sacrificios que sean necesarios para seguir, no las inclinaciones torcidas, sino la voluntad de Dios.

Lo esencial, pues, no es mortificarse, sino cumplir la divina voluntad. Por otra parte no hay que olvidar que sólo tiene valor la mortificación que cuesta algo a la naturaleza.

La mortificación es algo que quiere ingerirse profundamente en nuestra vida. Tal idea envuelven las diversas denominaciones:

a) «mortificarse», que significa dominar los bajos instintos hasta que estén como muertos, no pudiendo, por consiguiente, hacernos daño;

b) «negarse a sí mismo», lo cual quiere decir desconocer el propio yo; no tenerle consideraciones, sino tratarlo sin miramiento;

c) «vencerse a sí mismo», esto es, luchar contra el bajo yo hasta vencerlo.

### **191. ¿Por qué hemos de mortificarnos?**

Hemos de mortificarnos porque sin mortificación es imposible:

- 1) evitar el pecado,
- 2) cultivar virtudes sólidas,

- 3) llegar a un trato íntimo con Dios,
- 4) salvaguardar la paz del corazón,
- 5) alcanzar la vida eterna.

«Como nuestra naturaleza, caída del estado primitivo, siente en ocasiones duramente las prescripciones éticas, se nos exhorta a dominar con la mortificación voluntaria la oposición del cuerpo que llevamos y aun a abstenernos algunas veces de goces permitidos» (Pío XII en la Encíclica sobre el Cuerpo Místico de Cristo).

«El reino de los cielos padece violencia y sólo los que se violentan lo arrebatan» (Mt 11, 12).

«El que quiera seguirme, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame» (Lc 9, 23).

«Tanto más avanzarás en el camino del bien cuanto más violencia te hicieres a ti mismo» (*Imitación de Cristo*).

La mortificación es, en los principios, dura y difícil, pero con el tiempo se torna más fácil, llegando por último a ser hasta cierto punto agradable. «Mi yugo es suave y mi carga ligera». Los Santos corroboran con su propia experiencia la verdad de estas palabras.

## II. LA MORTIFICACIÓN EXTERNA EN GENERAL

### 192. ¿En qué consiste la mortificación externa?

La mortificación externa consiste en dominar el cuerpo y los cinco sentidos, sometiéndolos a las exigencias de la fe y de la razón.

Los cinco sentidos son ver, oír, oler, gustar y tocar.

Lo esencial es tener el espíritu interior de sacrificio, con el designio de llegar al completo dominio de sí mismo, a fin de poder cumplir en todo y por todo, con amor y fidelidad, la voluntad de Dios.

### **193. ¿Por qué hemos de emplear diligentemente la mortificación exterior?**

Hemos de emplear diligentemente la mortificación exterior para:

- 1) hacer penitencia por los pecados propios y ajenos,
- 2) asemejarnos a Jesucristo paciente,
- 3) practicar fervorosamente las virtudes,
- 4) tener la fuerza necesaria en las tentaciones muy peligrosas.

Cristo nos ha precedido también con su divino ejemplo en este aspecto de la mortificación exterior. Toda su vida desde el pesebre hasta el sepulcro fué rica en penalidades, trabajos, contrariedades y rigores de todo género.

Apenas habrá un Santo que no la haya practicado en grado heroico.

El valor y la importancia de la mortificación externa están hoy en día menospreciados, más aún: negados, con gran daño del progreso espiritual. Culpa es de este fatal error que la familia y las casas religiosas hayan arrinconado santas costumbres centenarias. Tal error pertenece, juntamente con el desprecio de la meditación, del examen de conciencia, del Rosario, del Vía crucis, de la confesión frecuente, etc., al número de «las herejías latentes de la Ascética», que causan incalculable daño a los individuos y a las corporaciones.

«Castigo mi cuerpo y le sujeto a servidumbre para no ser yo reprobado después de haber predicado a otros» (1 Cor 9, 27).

### **194. ¿Cómo hemos de ejercitar la mortificación externa?**

Hemos de ejercitar la mortificación externa:

- 1) a menudo, reguladamente y en las pequeñas ocasiones,
- 2) con prudencia, moderación y espíritu de obediencia.

Pídase consejo al superior o confesor antes de hacer penitencias extraordinarias, llamativas y que puedan menoscabar la salud, a fin de no engañarse a sí mismo o caer en las trampas del demonio.

### III. MORTIFICACIÓN DE LOS SENTIDOS EN PARTICULAR

#### A. Mortificación de la vista

##### 195. ¿Cómo debemos mortificar la vista?

Debemos mortificar la vista evitando toda mirada mala, peligrosa, inútil y a veces permitida.

Pecaminoso es asistir a películas inmorales o espectáculos voluptuosos.

Peligroso es mirar sin necesidad y con detenimiento a personas de otro sexo.

Inútil es curiosear para saber sucesos que no nos conciernen, lo mismo que leer diarios, revistas y libros cuyo conocimiento no nos lo exige nuestra profesión.

##### 196. ¿Por qué debemos mortificar diligentemente la vista?

Debemos mortificar diligentemente la vista para :

1) evitarnos muchas dificultades en la vida espiritual, especialmente distracciones en la oración y tentaciones contra la pureza,

2) llegar más fácilmente en la oración a un estable y confiado trato con Dios.

#### B. Mortificación del oído

##### 197. ¿Cómo debemos mortificar el oído?

Debemos mortificar el oído, alejándonos de conversaciones malas, peligrosas, inútiles y a veces también

permitidas, y oyendo gustosos, por el contrario, cosas que nos molestan.

Pecaminosas son las conversaciones impuras, contra los superiores y contra la caridad fraterna.

Peligroso, o al menos inútil, es escuchar novedades del mundo y lisonjas.

Excelente mortificación del oído es escuchar pacientemente correcciones y amonestaciones, y alegrarnos si son alabados nuestros enemigos y adversarios.

### **198. ¿Por qué hemos de mortificar con fervor el oído?**

Hemos de mortificar fervorosamente el oído para:

- 1) guardar el recogimiento del espíritu,
- 2) guardar la paz interior.

En la poca vigilancia del oído tienen precisamente su origen, muchas veces, las peligrosas voces del encono contra los superiores y el prójimo.

## **C. Mortificación del gusto**

### **199. ¿Cómo hemos de mortificar el gusto?**

Hemos de mortificar el gusto:

- 1) observando en el comer y beber la medida justa, el tiempo debido y las reglas de la buena educación,
- 2) cercenando a veces aun el goce permitido,
- 3) comiendo con gusto algo desabrido, si es preciso.

En esto nos engañamos fácilmente. El hombre puede pasar con alimentos más sencillos y en cantidad menor de lo que se cree.

La saciedad, y sobre todo el exceso en la comida, no es conveniente ni aun a la salud del cuerpo. No se coma fuera de las horas de las comidas si no es en caso de necesidad.

Peca contra las buenas maneras quien come con avidez, escogiéndose lo más apetitoso.

Los religiosos no deben tener comestibles en las celdas.

Nadie se dispense fácilmente de los ayunos.

Para los enfermos constituirá con frecuencia una mortificación — y muy buena — tomar lo que les dan.

Estrechamente unido con el sentido del gusto está el del olfato. Para éste vale, poco más o menos, lo que se ha dicho de la mortificación del gusto. Debemos mortificarnos en esto, renunciando al tabaco, rapé, etc., o usando de ellos con moderación.

## **200. ¿Por qué debemos mortificar con diligencia el gusto?**

Debemos mortificar con diligencia el gusto para :

- 1) mantener a raya la sensualidad, uno de los más peligrosos enemigos del alma,
- 2) liberarnos cada vez más de lo terreno,
- 3) disponer nuestro corazón a recibir la gracia y la paz celestes.

Sin mortificación del gusto no hay virtud sólida y duradera.

Los Santos llamaban a la mortificación del gusto el ABC de la vida espiritual.

## **D. Mortificación en el hablar**

### **201. ¿Cómo debemos mortificarnos en el hablar?**

Debemos mortificarnos en el hablar absteniéndonos de palabras y discursos prohibidos, inconsiderados, superfluos e incluso a veces de lo que nos está permitido.

No sólo se ha de mortificar la lengua porque es la sede del sentido del gusto, sino también como órgano de la palabra. Cuando el sacerdote unge en la extremaunción la boca del enfermo dice: «Perdónete el Señor lo que hayas pecado por el gusto y la palabra».

Están prohibidas sobre todo:

- a) las palabras impuras, de doble sentido, sediciosas, de ira, de detracción, duras;
- b) las inútiles en tiempo de silencio.

Habla inconsideradamente el que dice lo que le viene a las mientes sin tener en cuenta las reglas de la prudencia y de la educación.

Superfluas son las conversaciones que se ocupan de cosas inútiles, como serían las novedades mundanas.

Buenas son las conversaciones que contribuyen a la edificación y honesto esparcimiento del prójimo.

Cuando la obligación o la caridad reclaman que hablemos, entonces no debemos mortificar la lengua callando, sino hablando.

## **202. ¿Por qué hemos de mortificarnos con cuidado en el hablar?**

Hemos de mortificarnos con cuidado en el hablar, porque de otra manera no es posible:

- 1) evitar muchos pecados,
- 2) conservar la tranquilidad de conciencia,
- 3) mantener la paz con el prójimo.

«En el mucho hablar no falta pecado» (Prov. 10, 19).

«El que su boca y su lengua guarda, guarda de angustias su alma» (Prov. 21, 23).

«Quien no falta en palabras, es hombre perfecto» (Iac 3, 2).

Los Santos fueron muy amantes del silencio y de la soledad.

## **E. Mortificación en el tacto**

### **203. ¿Cómo debemos mortificar el sentido del tacto?**

Debemos mortificar el sentido del tacto absteniéndonos de tocar cosas malas, peligrosas e inútiles, y soportando con paciencia las que causan dolor.

Son malos los tocamientos que incitan al placer impuro.

Son peligrosos los asimientos innecesarios de otras personas, mayormente si son prolongados.

Inútil y aun peligroso, según las circunstancias, es la mollicie en el vestir, el lecho y el porte de la persona.

De mucha trascendencia es la mortificación del tacto que se sigue de soportar pacientemente el calor y el frío, la fatiga y el cansancio, los dolores y la enfermedad.

El uso de instrumentos de penitencia (disciplinas, cilicios) debe ser regulado por la obediencia.

#### **204. ¿Por qué hemos de mortificar diligentemente el tacto?**

Hemos de mortificar diligentemente el tacto para:

- 1) preservar la virtud de la pureza,
- 2) estar dispuestos y prontos al fiel cumplimiento de nuestros deberes y al constante ejercicio de la virtud.

### **IV. MORTIFICACIÓN INTERNA EN GENERAL**

#### **205. ¿En qué consiste la mortificación interior?**

La mortificación interior consiste en sujetar nuestras facultades interiores: entendimiento, memoria, fantasía, voluntad y el apetito sensitivo, según las exigencias de la fe y de la razón.

Nuestra naturaleza, estragada por el pecado original y luego por los pecados personales, trata de abusar de estas facultades satisfaciendo sus malas inclinaciones.

Lo mismo que en la mortificación externa, también en la interna lo esencial es tener el espíritu de sacrificio, con la intención de llegar al completo dominio de sí mismo, a fin de poder cumplir en todo y por todo, con fidelidad y amor, la voluntad de Dios.

#### **206. ¿Por qué debemos ejercitar con fervor la mortificación interna?**

Debemos ejercitar con fervor la mortificación interna para:

- 1) descubrir las raíces de nuestros pecados,

2) purificar y fortalecer las potencias más necesarias para la práctica de la caridad perfecta.

La mortificación interna es más necesaria que la externa, pero, de ordinario, también más difícil.

## V. MORTIFICACIÓN DE LAS POTENCIAS EN PARTICULAR

### A. Mortificación del entendimiento

#### **207. ¿Cómo debemos mortificar el entendimiento?**

Debemos mortificar el entendimiento :

- 1) procurando evitar los pensamientos malos, peligrosos e inútiles,
- 2) no aferrándonos tercamente a nuestro parecer.
- 3) ocupándonos en buenos pensamientos,
- 4) haciendo con gusto el esfuerzo que exige la adquisición de conocimientos necesarios o útiles.

Malos son, por ejemplo, las distracciones voluntarias en la oración y el juicio temerario.

Peligroso es casi siempre mezclarse en asuntos ajenos y sutilizar impertinentemente sobre las verdades de la fe.

Inútil es la preocupación por cosas totalmente ajenas a nuestro estado, lo mismo que el cuidado desordenado de lo temporal.

Necesario y útil es el conocimiento fundamental de las verdades de la fe, de las reglas de la Orden y en general de todo aquello que se refiere a nuestra profesión y cargo.

Podemos cultivar las cualidades especiales, según las circunstancias o la obediencia lo permitan o manden.

#### **208. ¿Por qué debemos mortificar diligentemente el entendimiento?**

Debemos mortificar diligentemente el entendimiento para :

- 1) guardarnos de muchos pecados.
- 2) aprovechar mejor el tiempo,

3) cumplir fielmente las obligaciones de la propia profesión,

4) mantener la paz del corazón.

### **209. ¿Cómo debemos mortificar el propio juicio?**

Debemos mortificar el propio juicio :

1) dejándonos enseñar gustosamente,

2) dando la preferencia en cosas indiferentes al parecer ajeno, aunque nuestra propia opinión esté mejor fundamentada.

### **210. ¿Por qué debemos mortificar nuestro propio juicio?**

Debemos mortificar nuestro propio juicio para :

1) guardarnos de errar,

2) mantener la paz en nosotros mismos y con los demás.

Los que a cualquier precio quieren tener razón hacen en extremo pesada la vida de comunidad.

Particularmente peligroso es el terco apego a la opinión propia cuando se trata de verdades de fe y mandatos de los superiores, o costumbres de la Orden.

### **211. ¿Quién juzga temerariamente?**

Juzga temerariamente el que, sin fundamento suficiente, piensa o habla mal del prójimo.

Cométese esta falta con facilidad y destruye mucho la caridad fraterna.

«No juzguéis para que no seáis juzgados» (Mt 7, 1).

## **212. ¿Cómo hemos de prevenirnos contra el juicio temerario?**

Hemos de prevenirnos contra el juicio temerario :

- 1) no juzgando de ningún modo las acciones ajenas, o hacerlo favorablemente,
- 2) excusando en lo posible las francamente malas,
- 3) no juzgando definitivamente a una persona por una sola acción mala.

Casi siempre puede suponerse que la intención fué buena o al menos no directamente mala.

Con facilidad se juzga temerariamente a personas contra las que se experimenta una secreta antipatía.

Los superiores deben naturalmente tener los ojos abiertos sobre las faltas y debilidades de sus súbditos.

Con el juicio temerario está emparentada la sospecha. Sospecha temerariamente el que sin fundamento sólido, por pura antipatía, se deja llevar de sentimientos desfavorables contra una persona.

## **B. Mortificación de la memoria y fantasía**

### **213. ¿Cómo debemos mortificar la memoria y la fantasía?**

Debemos mortificar la memoria y la fantasía :

- 1) absteniéndonos de imaginaciones malas, peligrosas y vanas,
- 2) ocupándonos en cosas necesarias y saludables.

Peligroso es el recuerdo de pasadas tentaciones y pecados impuros y de agravios sufridos anteriormente.

Vana la memoria de los goces y placeres mundanos, hechos y éxitos, lo mismo que la pintura fantástica del futuro.

Saludable es el recuerdo de la presencia de Dios, de su sapientísima y amorosísima providencia, de la propia ingratitud, de las buenas enseñanzas recibidas.

Entendimiento, memoria y fantasía trabajan en tan estrecha colaboración que no pueden separarse claramente, unas de

otras, sus actividades. Por consiguiente, lo dicho para la mortificación de una de estas facultades vale asimismo para la de las otras.

## **214. ¿Cómo debemos combatir los pensamientos e imaginaciones desordenados?**

Debemos combatir los pensamientos e imaginaciones desordenados:

1) no directamente, sino indirectamente, procurando con pensamientos buenos desalojar de la cabeza los malos,

2) sin agitación ni dañoso esfuerzo mental; pero sí con mucha decisión.

No podemos atender plenamente más que a un asunto. Si nos ocupamos, pues, en un pensamiento bueno, debe forzosamente retirarse el malo. Mas con frecuencia el pensamiento malo no se retira inmediatamente, antes insiste una y otra vez, queriendo penetrar en nuestra conciencia.

Vuelven con suma facilidad los pensamientos en que más a menudo nos hemos ocupado, llegando a dominar toda la actividad de nuestro espíritu.

Procuremos, en consecuencia, familiarizarnos sólo con pensamientos buenos. Es éste un punto importantísimo del arte de vivir cristianamente.

Aquí presta un señaladísimo servicio la fidelidad en lo pequeño. El que de lleno se da a la oración, al trabajo y a la recreación no tiene en su alma lugar para pensamientos malos e imaginaciones no buenas.

## **C. Mortificación de la voluntad**

### **215. ¿Cómo debemos mortificar la propia voluntad?**

Debemos mortificar la propia voluntad:

1) sometiéndonos con ánimo sumiso a la providencia de Dios y a los mandatos de los superiores,

2) dejándonos guiar, en las cosas espirituales, por el superior o confesor,

3) plegándonos, en las cosas indiferentes, a los deseos de los demás.

El sometimiento a la voluntad de Dios y mandatos del superior es indispensable; los otros grados de mortificación de la voluntad son aconsejables, y son señales de gran fervor en la práctica del bien.

## **216. ¿Para qué es necesaria la mortificación de la voluntad propia?**

La mortificación de la voluntad propia es necesaria para :

1) mantener sujeto este peligroso enemigo de nuestra salvación,

2) salvaguardar la paz del corazón,

3) adquirir copiosos méritos para el cielo,

4) asemejarnos más al Divino Salvador.

El Redentor dice de sí mismo: «No busco mi propia voluntad, sino la voluntad de Aquél que me ha enviado» (Ioh 5, 30).

## **D. Mortificación del apetito sensitivo**

### **217. ¿Quién se deja guiar del apetito sensitivo?**

Déjase guiar del apetito sensitivo el que se inclina inmoderadamente a los bienes sensibles o, por el contrario, se asusta de los males.

Las fuerzas del apetito sensitivo se llaman pasiones. Se distinguen :

a) la concupiscible con seis pasiones: amor, deseo, alegría, esperanza, valor y desesperación (cuando no se puede alcanzar el bien deseado);

b) la irascible con cinco pasiones: odio, aborrecimiento, temor, tristeza e ira.

Las pasiones son, pues, inclinaciones sensuales. De ordinario, el significado hoy más corriente de pasión es la inclinación de la voluntad al mal.

## **218. ¿Qué hay que notar acerca de las pasiones?**

Acerca de las pasiones hay que notar lo siguiente:

1) las pasiones no son malas en sí mismas, sino que son un don de Dios a la naturaleza,

2) fueron pervertidas e inclinadas al mal por efecto del pecado original,

3) tratan de arrastrar tras de sí a la voluntad,

4) no se las puede extirpar y, sí, sólo, refrenar y purificar.

Cuando las pasiones o inclinaciones sensuales experimentan un movimiento torcido, ello no constituye pecado alguno; es una tentación. Sólo pecamos cuando nos damos cuenta de la maldad de la pasión y voluntariamente la queremos.

## **219. ¿Cómo debemos mortificar las pasiones?**

Debemos mortificar las pasiones:

1) considerando el bien y el mal, no a la engañosa luz de la sensualidad, sino a la luz de la razón y de la fe,

2) renunciando alegremente a los bienes sensibles y soportando por el contrario los males cuando la virtud lo exige,

3) domeñando las fuertes y repentinas explosiones de la pasión, y no obrando bajo su impulso.

La simpatía o antipatía natural repentina es siempre sospechosa.

No podemos reprimir ni tampoco producir directamente las pasiones. Lo lograremos indirectamente apartando del mal o di-

rigiendo al bien nuestras miradas, la imaginación y el pensamiento. Desempeña, pues, un papel de suma importancia en la vida espiritual el gobierno de la atención.

## **220. ¿Por qué debemos mortificar diligentemente las pasiones?**

Debemos mortificar diligentemente las pasiones para:

- 1) tornar inofensivos a nuestros enemigos internos,
- 2) avanzar en la virtud,
- 3) salvaguardar la tranquilidad y libertad del alma.
- 4) preservar al cuerpo de muchos males,
- 5) edificar a nuestros semejantes.

«La alegría alarga la vida del hombre... Arroja lejos de ti la tristeza, pues la tristeza ha muerto a muchos... La envidia y la ira abrevian los días de la vida, y las preocupaciones traen la vejez antes de tiempo» (Eclesiástico 30, 23-26).

## **E. Mortificación del amor propio**

### **221. ¿Quién se deja guiar por el amor propio?**

Se deja guiar por el amor propio quien inconsideradamente busca su propio provecho natural y huye de lo que le es contrario.

El amor propio es el amor de sí mismo viciado por el pecado original. Dios ha enraizado en la naturaleza humana el amor de sí mismo. De aquí que no se pueda destruir, y sí, sólo, purificar y ennoblecer. Él es la raíz común de las once pasiones mencionadas, lo mismo que de los siete impulsos llamados pecados capitales. Tiene por tanto el amor propio en nuestra vida una importancia decisiva.

Con particular frecuencia y fuerza se muestra el amor propio en las diversas maneras de sensualidad, de soberbia, de falta de caridad fraterna.

Ladinamente engaña a los mejor intencionados, haciéndoles aceptar por bueno lo que a él le gusta y por malo lo que él aborrece. «Lo que se desea, fácilmente se cree bueno».

## **222. ¿Cómo hemos de mortificar el amor propio?**

Hemos de mortificar el amor propio :

- 1) buscando generosamente, antes que otra cosa alguna, nuestro bien espiritual,
- 2) teniendo en todo la debida consideración para con Dios y para con el prójimo.

La mortificación del amor propio no es tarea fácil: «Ven- cerse a sí mismo es la victoria más difícil».

## **223. ¿Por qué hemos de mortificar con celo el amor propio?**

Debemos mortificar con celo el amor propio porque :

- 1) cegamos las fuentes principales del pecado.
- 2) apartamos el principal obstáculo del perfecto amor a Dios y al prójimo.

«Déjalo todo, y todo lo hallarás» (*Imitación de Cristo*).

## *Capítulo décimotercio*

# LAS VIRTUDES MORALES Y LOS VICIOS OPUESTOS

## I. LAS VIRTUDES Y VICIOS EN GENERAL

### A. La virtud

#### **224. ¿Cuándo somos virtuosos?**

Somos virtuosos cuando hacemos lo que es agradable a Dios.

La virtud cristiana es algo sobrenatural. En el santo bautismo deposita Dios en el alma, cual celeste semilla, las disposiciones para la virtud. Obligación nuestra es cultivarlas para que crezcan y prosperen; esto es, debemos practicar las virtudes.

#### **225. ¿Cómo se dividen las virtudes?**

Las virtudes se dividen en:

1) virtudes teologales, que se refieren a Dios inmediatamente; son las tres virtudes de fe, esperanza y caridad;

2) virtudes morales, que ordenan la vida del hombre, según los dictámenes de la razón y de la fe; son las cuatro virtudes cardinales: prudencia, justicia, fortaleza y templanza, con las virtudes afines.

La palabra «cardinal» procede del vocablo latino «cardo», que quiere decir quicio de la puerta. Las otras virtudes giran, como la puerta en sus goznes, en torno a las virtudes cardinales.

Las virtudes no constituyen la esencia de la perfección, sino medios para ella o frutos de la misma. La perfección consiste esencialmente en la fervorosa y constante práctica del amor a Dios y al prójimo.

## **226. ¿Qué hace la virtud?**

La virtud hace que practiquemos el bien :

- 1) reguladamente,
- 2) con menos esfuerzo,
- 3) con más alegría.

En los principios, el ejercicio de la virtud es naturalmente difícil, mas pronto se convierte en una segunda naturaleza.

## **227. ¿Por qué debemos practicar con diligencia la virtud?**

Debemos practicar con diligencia la virtud porque así :

- 1) nuestra marcha hacia la perfección será más fácil y provechosa,
- 2) aumentará nuestra felicidad interior y nuestra verdadera grandeza,
- 3) tendremos asegurados la perseverancia final y un gran premio en el cielo.

## **228. ¿Cómo debemos ejercitarnos en la virtud?**

Debemos ejercitarnos en la virtud con :

- 1) orden, empezando por lo más necesario,
- 2) todas las fuerzas, combatiendo al mismo tiempo el vicio contrario,
- 3) todo fervor, aprovechando generosamente las ocasiones que se presenten,

4) la mayor solidez, esforzándonos en practicar una virtud perfecta e íntegra.

Los medios principales son: oración, recepción de sacramentos y vencimiento de sí mismo.

## **B. La virtud heroica**

### **229. ¿Quién practica la virtud en grado heroico?**

Practica la virtud en grado heroico el que la ejerce de la manera más perfecta; esto es, con el máximo fervor, alegremente, con prontitud, fácilmente, con constancia, en todas las ocasiones, y especialmente cuando es muy difícil a la naturaleza humana.

La dificultad extraordinaria puede tener su fundamento:

a) en la naturaleza de la virtud. Así es muy costoso al común de los hombres perdonar de corazón a un enemigo pérfido, cruel y encarnizado, rezar por él y corresponder al mal con el bien;

b) en una pasión o fragilidad del sujeto extraordinariamente grande, sea culpable o no. Para un individuo soberbio y orgulloso puede ser un acto heroico de virtud soportar con paciencia una pequeña humillación.

Muchas veces la dificultad estará solamente en la imaginación o en el juicio equivocado que se tiene de la cosa.

### **230. ¿Bajo qué pena es obligatoria la práctica de la virtud heroica?**

La práctica de la virtud heroica:

1) es obligatoria bajo pecado, cuando de lo contrario habría que quebrantar un mandamiento de Dios que obliga aun en caso de gran incomodidad,

2) no lo es en los demás casos, quedando al arbitrio de cada uno practicarla, según su fervor.

Muchos mandamientos de Dios no obligan cuando en algún caso particular es difícil su cumplimiento. El mandato de ayudar

ejemplo, cuando por ello hubiere de sobrevenirnos un gran daño. En cambio, el mandato de no negar la fe obliga siempre al prójimo en grave necesidad corporal no nos obliga, por y en todo caso, aunque se corra el riesgo de sufrir una muerte cruel.

### **231. ¿Por qué debemos practicar a menudo actos heroicos de virtud?**

Debemos practicar a menudo actos heroicos de virtud porque con ello:

- 1) nos hacemos gratos a Dios en sumo grado,
- 2) merecemos gracias y méritos extraordinarios,
- 3) realizamos máximos progresos en la virtud.

Vale esto, en primer lugar, para los actos de virtud que por su naturaleza son muy difíciles.

Dios no se deja vencer en generosidad por los hombres.

Las almas heroicas avanzan a pasos de gigante por el camino de la perfección. Con frecuencia, un sacrificio heroico ha sido el punto de partida para llegar a la santidad. Esto nos enseñan las vidas de los Santos.

La santa Iglesia canoniza solamente a aquellos que han practicado en grado heroico las tres virtudes teologales y las cuatro cardinales.

### **232. ¿Cómo debemos practicar actos heroicos de virtud?**

Debemos practicar actos heroicos de virtud:

- 1) muy a menudo,
- 2) con suma discreción y secreto y por puro amor a Dios,
- 3) con prudencia y justipreciando nuestras propias fuerzas.

Quien sobrepasa el límite de sus fuerzas espirituales o corporales en el ejercicio de la virtud heroica, cae con facilidad

en el vicio opuesto, de suerte que se siente cansado para la práctica ordinaria de las otras virtudes. Píase, pues, consejo al confesor o superior.

Sobre todo ejercitense de modo heroico las virtudes del propio estado y las interiores.

No se alcanza un grado sublime de perfección sino ejercitando en grado heroico la virtud y el sacrificio.

### **C. La mala costumbre**

#### **233. ¿Quién tiene una mala costumbre?**

Tiene una mala costumbre quien fácilmente y con frecuencia obra el mal o deja de hacer el bien.

La mala costumbre puede estar constituida:

a) por pequeñas faltas de impaciencia, pereza, gula, de caridad fraterna;

b) por pecados graves: ira, odio, impureza.

En este último caso se llama vicio.

De ordinario se llega a una mala costumbre cediendo repetida y voluntariamente a una tendencia desordenada de la naturaleza.

Puede hacerse tan fuerte la mala costumbre que venga a ser como una segunda naturaleza que sólo a precio del máximo esfuerzo y especial ayuda de la gracia de Dios pueda vencerse.

#### **234. ¿Por qué debemos desarraigar la mala costumbre?**

Debemos desarraigar la mala costumbre porque:

- 1) es muy desagradable a Dios,
- 2) impide la copiosa afluencia de gracias,
- 3) mata el fervor que nos impulsa a la perfección,
- 4) no deja prosperar la paz interior ni la alegría,
- 5) puede conducir por último al pecado mortal, y aun quizás a la perdición eterna.

Tratamos aquí solamente de las costumbres malas que se hacen por repetición de pecados veniales y faltas ligeras. Sin

comparación son peores, como fácilmente se comprende, las costumbres gravemente pecaminosas.

### **235. ¿Cómo debemos proceder en el desarraigo de la mala costumbre?**

En el desarraigo de la mala costumbre debemos proceder :

- 1) ordenadamente, comenzando por lo peor,
- 2) con el máximo vigor, ejercitando al mismo tiempo la virtud contraria a la falta que queremos corregir,
- 3) con el máximo celo, aprovechando alegremente las ocasiones que se ofrecieren,
- 4) radicalmente, no tolerando en nosotros ninguna mala costumbre.

En el combatir las malas costumbres debemos proceder, por consiguiente, de igual manera que en el cultivo de las virtudes.

Se deben asimismo utilizar todos los medios que en general son necesarios o útiles para combatir el mal y practicar el bien. Se debe pedir con insistencia que Dios nos ilumine y asista, y la gracia de vencernos animosamente.

La costumbre más peligrosa corresponde de ordinario a la pasión dominante y ésta al temperamento predominante.

En el ejercicio de las virtudes que corresponden a nuestro temperamento, se necesita de una particular vigilancia a fin de que sean virtudes auténticamente sobrenaturales y no meras apariencias de virtud.

## **II. LA VIRTUD CARDINAL DE LA PRUDENCIA Y VICIOS OPUESTOS**

### **236. ¿Quién es prudente?**

Prudente es el que sabe en todas las circunstancias lo que ha de hacer u omitir para obrar bien.

La prudencia es la madre de todas las virtudes. Actos de virtud practicados sin prudencia se convierten en faltas.

### **237. ¿En qué debemos mostrarnos sobre todo prudentes?**

Sobre todo debemos mostrarnos prudentes en:

- 1) preferir lo útil y mejor a lo inútil y menos bueno,
- 2) en distribuir convenientemente el trabajo y el descanso,
- 3) en no confiarse ligeramente a cualquiera,
- 4) en no emprender nada que sobrepase las propias fuerzas,
- 5) en conservar el justo medio en hablar y callar.

### **238. ¿Cómo debemos aspirar a la prudencia cristiana?**

Debemos aspirar a la prudencia cristiana:

- 1) pidiéndola mucho a Dios,
- 2) sujetando cada vez más la pasión dominante,
- 3) sacando conclusiones prácticas de los acontecimientos pasados,
- 4) pidiendo consejo a personas experimentadas.

### **239. ¿Quién peca por falsa prudencia?**

Peca por falsa prudencia el que:

- 1) busca medios para satisfacer sus inclinaciones desordenadas (prudencia carnal),
- 2) aparenta lo que no es para sacar ventajas de ello (disimulación),
- 3) perjudica a su prójimo fraudulentamente,
- 4) se preocupa de lo temporal de modo excesivo y desordenado.

### III. LA VIRTUD CARDINAL DE LA JUSTICIA

#### A. La virtud cardinal de la justicia

#### 240. ¿Quién es justo?

Justo es el que da constantemente a cada uno lo que le pertenece.

Se divide la justicia en:

a) justicia distributiva, que inclina al jefe de una sociedad a distribuir entre los miembros de ella los bienes y las cargas, según las aptitudes, los méritos y dignidad de cada uno; obliga principalmente a los padres de familia y a los superiores;

b) justicia conmutativa, que inclina a dar al prójimo lo que le pertenece según derecho, por ejemplo, su propiedad, su buen nombre;

c) justicia común o legal, que nos inclina a dar a la comunidad lo que le pertenece. Hacemos esto cuando, por ejemplo, ayudamos a levantar las cargas comunes o tomamos parte en los actos de comunidad.

La palabra justicia significa a menudo, en la Sagrada Escritura, la posesión de todas las virtudes: así en esta sentencia de Jesucristo: «Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia», o en las palabras: «José era justo».

#### 241. ¿Por qué debemos ser justos?

Debemos ser justos porque:

- 1) es la voluntad de Dios,
- 2) es necesario para lograr la paz y el orden.

Una sociedad cuyos jefes no sean justos o cuyos miembros hurtan el hombro a las cargas comunes y se perjudican recíprocamente en sus derechos, no puede subsistir, merece ser destruída.

El que roba o difama está obligado a reparar, en lo posible, los daños.

#### 242. ¿Cómo debemos aspirar a la virtud de la justicia?

Debemos aspirar a la virtud de la justicia:

- 1) pidiéndola insistentemente a Dios,

2) apartando el corazón más y más de los bienes temporales,

3) meditando con frecuencia las obligaciones que la justicia nos impone.

## **B. Virtudes afines a la justicia y vicios opuestos**

### **243. ¿Qué virtudes son afines a la justicia?**

Son afines a la virtud cardinal de la justicia :

- 1) la virtud de la religión,
- 2) el respeto a los padres y a los superiores,
- 3) el agradecimiento,
- 4) la veracidad y la sinceridad (lealtad),
- 5) la amistad y la afabilidad,
- 6) la obediencia.

Tienen de común estas virtudes, con la de la justicia, que nos inclinan asimismo a dar a Dios y a los hombres lo que les pertenece. No se trata aquí de un derecho en el sentido estricto de la palabra.

#### *a) La virtud de la religión y los vicios opuestos*

### **244. ¿En qué consiste la virtud de la religión?**

La virtud de la religión consiste en dar a Dios, como Supremo Hacedor y Señor, el honor debido fervorosa y constantemente.

Es la más excelente de las virtudes morales, porque ella, con preferencia a las demás, nos acerca a Dios.

Las principales prácticas de la virtud de la religión son la oración y el sacrificio, el voto y el juramento.

### **245. ¿Cómo se peca contra la virtud de la religión?**

Se peca contra la virtud de la religión :

- 1) con la superstición, honrando a Dios o a los

Santos de manera indebida, o atribuyendo a las criaturas fuerzas que no tienen por su naturaleza ni por disposición divina, o por la oración de la Iglesia;

2) con la adivinación, tratando de conocer lo oculto o lo futuro por cosas que no tienen virtud para darlo a conocer;

3) tentando a Dios, esperando imprudentemente que Dios haga un milagro;

4) con la blasfemia, injuriando a Dios, a los Santos o a cosas sagradas;

5) con el sacrilegio, profanando personas, cosas o lugares a Dios consagrados;

6) no cumpliendo los votos;

7) con el perjurio;

8) con una actitud irrespetuosa en la iglesia, pronunciando irreverentemente nombres o palabras sagradas o rezando mal las oraciones.

No usemos en broma palabras de la Sagrada Escritura o de cualquier manera palabras santas y usos de la Iglesia.

### *b) El respeto a los padres y superiores*

#### **246. ¿En qué consiste la virtud del respeto a los padres?**

La virtud del respeto a los padres consiste en honrar, amar y obedecer constantemente a los padres.

Es el mismo Dios quien exige en el cuarto mandamiento este respeto. Promete su bendición a los que lo cumplan y su maldición a los que lo quebranten.

#### **247. ¿En qué se demuestra el respeto a los padres?**

Se demuestra el respeto a los padres:

1) no discutiendo con ellos en ningún caso,

- 2) no avergonzándose de ellos,
- 3) asistiéndolos en sus necesidades,
- 4) recibiendo con gusto sus consejos y castigos.
- 5) sobrellevando con paciencia sus faltas y enfermedades,
- 6) rezando por ellos con diligencia mientras vivan y luego después de muertos.

**248. ¿A qué otras personas debemos dar especiales pruebas de respeto?**

Debemos dar especiales pruebas de respeto a los que:

- 1) por su cargo ocupan el lugar de Dios,
- 2) por su posición, edad o mérito son dignos de ello.

Representantes de Dios son ante todo los superiores eclesiásticos y civiles, confesores, educadores y maestros.

Son dignos de veneración los ancianos y, en virtud de su consagración, los sacerdotes.

«Ante la cabeza llena de canas ponte en pie y honra la persona del anciano» (Lev 19, 32).

«En el sacerdote no quiero considerar pecado» (SAN FRANCISCO).

No debe consistir este respeto en meras formalidades, sino que debe salir del corazón.

*c) El agradecimiento; la ingratitud*

**249. ¿Quién es agradecido?**

Es agradecido el que:

- 1) reconoce y aprecia los beneficios recibidos,
- 2) manifiesta por signos externos, en cuanto le es posible, este sentimiento al bienhechor,
- 3) le corresponde en la medida de sus fuerzas y reza por él.

## **250. ¿Por qué debemos ser agradecidos?**

Debemos ser agradecidos porque:

- 1) es la voluntad de Dios,
- 2) lo esperan justamente los bienhechores,
- 3) ello nos hace dignos de nuevos beneficios.

«Dad gracias en todas las cosas» (1 Thess 5, 18).

El agradecimiento sincero es cosa rara: «La ingratitud es la recompensa que da el mundo». Debemos ser agradecidos a Dios y a los hombres por los favores que nos han hecho, grandes o pequeños.

En especial debemos dar gracias a Dios por los grandes beneficios de la creación, conservación, redención y vocación al estado religioso, y no en último término por las persecuciones, humillaciones, enfermedades y otras pruebas.

Podemos corresponder en cierto sentido a los beneficios de Dios, ofreciéndole a su unigénito Hijo Jesucristo; especialmente valioso es este ofrecimiento durante la santa Misa.

## **251. ¿Quién peca por ingratitud?**

Peca por ingratitud el que:

- 1) olvida en seguida los beneficios,
- 2) no los agradece absolutamente o lo hace de modo insuficiente,
- 3) paga el bien con el mal.

La ingratitud es un feo defecto. El ingrato es castigado, de ordinario, por Dios y los hombres, recibiendo poco o ningún beneficio.

*d) La veracidad y la sinceridad; la mentira  
y la falsedad*

## **252. ¿En qué consiste la virtud de la veracidad?**

La virtud de la veracidad consiste en hablar y proceder en todo tiempo como pensamos.

El hombre veraz evita en sus conversaciones y narraciones omitir o aumentar, atenuar o exagerar a propósito, lo mismo que presentar lo incierto como cierto.

### **253. ¿Por qué debemos ser veraces?**

Debemos ser veraces porque ello :

- 1) nos hace agradables y semejantes a Dios,
- 2) nos proporciona una santa libertad y seguridad,
- 3) nos granjea la estimación y confianza de los hombres.

«Dios ama la verdad» (Ps 83, 12).

Jesús se llama a sí mismo «La Verdad» (Ioh 14, 6).

El hombre veraz pisa terreno firme; no se embrolla en contradicciones ni tiene miedo al examen de sus palabras y acciones.

Con la veracidad deben ir unidas las virtudes de la caridad, templanza y prudencia. Lo que se dice debe ser verdadero, mas no todo lo verdadero se debe decir.

La verdad engendra odio. Por ello muchos hombres no aguantan la verdad. Con el tiempo, sin embargo, la aversión se muda en estima y no rara vez en gran confianza.

### **254. ¿Qué es la mentira?**

La mentira es decir, dándose cuenta y queriéndolo, una cosa falsa.

### **255. ¿Por qué debemos evitar la mentira?**

Debemos evitar la mentira porque :

- 1) es a Dios abominable,
- 2) nos hace hijos de Satanás,
- 3) merma nuestra reputación e impide una actuación provechosa,
- 4) mina los fundamentos de la vida social.

«El Señor abomina los labios mentirosos» (Prov 12, 22).

Jesucristo llama a Satán padre de la mentira (Ioh 8, 44).

Mentir es siempre pecado y, por lo tanto, jamás está permitido, aun cuando mintiendo se pudiera alcanzar un gran bien o evitar un mal grave.

«La mentira tiene las piernas cortas». «Nada hay tan bien tramado que a la postre no se descubra».

«Quien una vez ha mentido corre el riesgo de nunca ser creído, aunque diga la verdad».

Ni en broma se ha de mentir.

## **256. ¿Quién es sincero?**

Es sincero quien se manifiesta por fuera tal como es por dentro, en particular el que:

1) trata a su prójimo sin disimulo. alevosía ni lisonja,

2) expone francamente el estado de su alma al director espiritual.

La sinceridad debe ir de la mano con la prudencia y la caridad. Sean sencillas y naturales las muestras de cortesía. Todo lo exagerado no procede del corazón.

Aunque estemos exasperados y malhumorados, debemos mostrarnos afables. Ello no va contra la sinceridad si lo hacemos con la intención de luchar contra este estado de ánimo.

No nos dejemos guiar por la prudencia falsa al manifestar nuestra conciencia al confesor o director, siendo insinceros.

Parecida a la sinceridad es la santa sencillez, esa ingenuidad infantil que nos exige Jesús diciendo: «Si no os hiciéreis como niños no entraréis en el reino de los cielos» (Mt 18, 3).

## **257. ¿Quién es falso?**

Es falso el que llega a encubrir su propio sentir al prójimo, para engañarle.

La falsedad es en sí misma peor que la simple mentira, y ha de evitarse por las mismas razones que ésta.

**258. ¿En qué se demuestra de modo especial la falsedad?**

Se demuestra la falsedad de modo especial :

- 1) asegurándole a otro su amistad, mas siendo y permaneciendo su enemigo en el corazón.
- 2) alabándole cuando está presente y, cuando ausente, rebajándole o calumniándole,
- 3) tratando de sonsacar con artimañas secretos ajenos.

*e) La amistad; la falsa amistad; la amabilidad;  
la enemistad*

**259. ¿En qué consiste la virtud de la amistad?**

La virtud de la amistad consiste en que dos o más hombres se amen de manera especial por motivos sobrenaturales, tratando de ayudarse para obrar el bien.

**260. ¿Cómo se conoce que la amistad es virtuosa?**

Se conoce que es virtuosa la amistad cuando los amigos :

- 1) se aman por Dios y por virtud,
- 2) pretenden ante todo el bien espiritual,
- 3) se aman, no sólo de sentimiento y palabra, sino con obras y sacrificios,
- 4) con delicadeza, se advierten mutuamente los defectos,
- 5) permanecen fieles el uno al otro en la necesidad.

**261. ¿Cuándo no es virtuosa la amistad?**

La amistad no es virtuosa :

- 1) si estriba principalmente en una afición sensual.
- 2) si se traba por ventajas puramente terrenas.

Es en sí pecaminosa la amistad que procede de la baja pasión sensual.

No es raro que empiece la amistad por el espíritu, mas luego, a consecuencia de nuestra naturaleza viciada, acabe en amistad falsa y sensual.

La falsa amistad, en especial la sensual, impiden todo progreso en la virtud y llevan fácilmente al pecado grave.

## **262. ¿En qué consiste la falsa amistad?**

La falsa amistad se conoce en que los amigos :

- 1) se reúnen en tiempos o lugares prohibidos o abandonan las propias obligaciones,
- 2) mantienen conversaciones inútiles o pecaminosas, en especial contra el prójimo o los superiores,
- 3) no se incitan a la virtud en las adversidades y persecuciones, sino al descontentamiento.

## **263. ¿Qué juicio hemos de formar de la amistad virtuosa?**

La amistad virtuosa :

- 1) es en sí misma muy recomendable,
- 2) Dios no la ha hecho obligatoria,
- 3) es desaconsejable, en general, a las personas que viven en comunidad religiosa.

«Nada vale tanto como un amigo fiel; su precio es incalculable» (Eccli 6, 15).

Jesucristo y muchos Santos tuvieron santas amistades.

## **264. ¿Por qué no debe haber amistades particulares en las comunidades?**

En las comunidades no debe haber amistades particulares porque :

- 1) todos sus miembros deben amarse entre sí como verdaderos amigos,

2) está suficientemente proveído el fin primordial de la amistad, cual es el mutuo amparo en los peligros del cuerpo y del alma y el estímulo a la virtud,

3) la particular unión entre algunos los conduce con facilidad a aislarse de los demás con quebranto de la caridad fraterna,

4) la introducción de una amistad particular en la comunidad es cosa funestísima.

## **265. ¿Cuándo somos amables?**

Somos amables cuando, por motivos sobrenaturales, nos mostramos educados y afables con quienes conviven con nosotros.

La amabilidad debe salir del corazón, de lo contrario es fingimiento.

No debe practicarse por motivos humanos, por ejemplo, para hacerse bienquisto, para conquistar puesto más alto; esto sería egoísmo.

La amabilidad es fruto y señal de caridad fraterna, muy agradable a Dios y condición necesaria para una acción provechosa con los hombres.

Deben combatirse las inclinaciones naturales que le son contrarias (la melancolía y la impetuosidad). El ejemplo más sublime de esta virtud lo hallamos en Jesús.

«Apareció la bondad y benignidad de Nuestro Dios» (Tit 3, 4).

## **266. ¿En qué consiste la enemistad?**

La enemistad consiste en cortar las relaciones con el prójimo, en desearle o hacerle daño.

Es mutua cuando existe entre dos o más personas. Puede ocurrir que la enemistad exista sólo de una parte, mientras la persona aborrecida siga amando a su enemigo, rece por él y se porte bien con él.

Prueba tener sentimientos hostiles quien no habla con una persona, en contra de la costumbre general o de la que hasta

entonces ha seguido con ella, no le saluda ni le corresponde al saludo. Decir en caso semejante: yo nada tengo con él, es engañarse a sí mismo.

Es lícita la aversión que no va contra la persona, sino contra sus vicios y defectos.

## **267. ¿Por qué debemos evitar la enemistad?**

Debemos evitar la enemistad porque :

- 1) es a Dios muy desagradable y, en determinadas circunstancias, puede ser pecado grave,
- 2) impide el perdón de nuestros pecados,
- 3) hace inútiles nuestros sacrificios,
- 4) paraliza todo progreso en la virtud.

«Quienquiera que tome ojeriza con su hermano merece que el juez le condene» (Mt 5, 22).

«El que odia a su hermano es un homicida» (Ioh 3, 15).

«Perdónanos nuestras deudas así como nosotros perdonamos a nuestros deudores», repetimos a menudo en el Padre-nuestro.

«Si al tiempo de presentar tu ofrenda en el altar, allí te acuerdas de que tu hermano tiene alguna queja contra ti, déjala allí mismo delante del altar y ve primero a reconciliarte con tu hermano y después vuelve y presenta tu ofrenda» (Mt 5, 23-24).

## **268. ¿Qué debemos hacer cuando otros se nos muestran enemigos?**

Cuando otros se nos muestran enemigos debemos :

- 1) alejar en lo posible las causas de la enemistad,
- 2) no dejar que entre en nuestro corazón el resentimiento,
- 3) rezar por ellos,
- 4) devolver bien por mal.

Siendo la causa de la enemistad :

a) una injusticia cometida anteriormente por nosotros, debemos procurar repararla,

b) faltas o imprudencias nuestras, que todavía perduran, debemos corregirlas,

c) malentendidos, hemos de aclararlos con bondad.

Hágase todo esto con calma, humildad y caridad.

Cuando sin culpa nuestra, o a causa del fiel cumplimiento de nuestros deberes, surge la enemistad, no somos responsables de ello y debemos dejar a Dios las consecuencias. También Jesús y los Santos tuvieron enemigos y adversarios.

El amor a los enemigos merece de parte de Dios una bendición especial, tanto mayor cuanto más costoso haya sido a nuestra naturaleza. «Bienaventurados los que sufren persecución por la justicia, porque de ellos es el reino de los cielos» (Mt 5, 10).

El ejemplo más hermoso de amor a los enemigos nos lo da nuestro Señor Jesucristo, moribundo en la cruz, al orar: «Padre, perdónalos, que no saben lo que hacen».

## **269. ¿De qué hemos de guardarnos al observar una falta en nuestro prójimo?**

Al observar una falta en nuestro prójimo hemos de guardarnos:

1) de que la aversión a la falta envuelva a la persona,

2) de proceder en la corrección, imprudente y ásperamente,

3) o sólo por resentimiento del amor propio.

«¡Tú ves la mota en el ojo de tu hermano y no ves la viga en el tuyo!» (Lc 6, 41).

### *f) La obediencia*

## **270. ¿Quién es obediente?**

Es obediente el que cumple con prontitud la voluntad de otro.

Del mérito y práctica de la virtud, lo mismo que de los pecados opuestos, se trata al exponer lo atinente a la obediencia religiosa (v. n. 394 ss.).

## IV. LA VIRTUD CARDINAL DE LA TEMPLANZA

### A. La virtud cardinal de la templanza

#### 271. ¿Quién practica la virtud de la templanza?

Practica la virtud de la templanza el que constantemente modera el apetito sensual, según los dictámenes de la razón y de la fe.

La templanza ordena el instinto sensual. No pretende matarlo, ya que es parte esencial de nuestra naturaleza, sino regularlo.

#### 272. ¿Para qué es necesaria la virtud de la templanza?

La virtud de la templanza es necesaria para :

- 1) salvaguardar la dignidad humana,
- 2) evitar muchos pecados graves,
- 3) implantar virtudes necesarias y provechosas,
- 4) mantener la paz interior.

Con razón se llama a la sensualidad el «animal salvaje» que el hombre lleva dentro de sí. Si no es domado por la templanza, arrastrará al hombre a la perdición y a la muerte.

### B. Virtudes afines a la virtud cardinal de la templanza

#### 273. ¿Cuáles son las virtudes afines a la virtud de la templanza?

Son afines a la virtud de la templanza :

- 1) la moderación y la frugalidad,
- 2) la castidad y el pudor,
- 3) la mansedumbre,

- 4) la discreción,
- 5) la diligencia,
- 6) la humildad.

Además, el dominio de los otros sentidos y pasiones.

*a) La moderación en el comer y beber;  
la intemperancia*

### **274. ¿Quién es moderado en el comer y beber?**

Es moderado en el comer y beber quien constantemente regula el placer de comer y beber, según los dictámenes de la razón y el beneplácito de Dios.

Es acorde a la razón y al beneplácito de Dios:

- a) abstenerse de alimentos prohibidos, por ejemplo, en días de ayuno y abstinencia,
- b) evitar el desorden y el excesivo regalo en el comer y beber,
- c) abstenerse voluntariamente de algo permitido o restringir su uso.

### **275. ¿Para qué es necesaria la moderación y frugalidad en el comer y beber?**

Es necesaria la moderación y frugalidad en el comer y beber:

- 1) para acrecentar la gracia de Dios en nosotros,
- 2) para permanecer firmes contra el pecado,
- 3) para aspirar con fervor a la virtud,
- 4) para conservar la salud corporal.

Los habitantes de Nínive, ayunando, se libraron de los castigos con que Dios les amenazaba.

Jesús y los Santos nos dan un hermoso ejemplo de moderación en el comer y beber.

En la práctica de esta virtud hay que guiarse de la prudencia y la obediencia.

## **276. ¿Quién es intemperante?**

Es intemperante el que se excede en la cantidad o en el modo.

La intemperancia se muestra comiendo o bebiendo:

- a) en tiempo indebido, esto es, fuera de las horas regulares,
- b) demasiado,
- c) con avidez,
- d) con regodeo y melindre.

Con facilidad nos engañamos a este respecto. Creemos que es necesario y saludable comer más a menudo, más abundantemente y mejor.

Muchos comen demasiado y muy aprisa.

Como nadie es buen juez en causa propia, conviene dejarse aconsejar por los entendidos en la materia.

No nos exceptuemos con facilidad de observar el horario de las comidas.

## **277. ¿Por qué debemos evitar la intemperancia?**

Debemos evitar la intemperancia porque:

- 1) asfixia el espíritu de oración,
- 2) impide el serio esfuerzo tendente a la perfección,
- 3) destruye las virtudes adquiridas,
- 4) da ocasión a múltiples y peligrosas tentaciones,
- 5) provoca escándalos fácilmente,
- 6) daña la salud corporal.

La intemperancia tiene de especial que no pueden soslayarse con facilidad sus ocasiones a causa de la necesidad diaria de alimentarse.

Peor que la intemperancia en el comer es el exceso en tomar bebidas alcohólicas.

## **278. ¿Cómo debemos guardarnos de la intemperancia?**

Debemos guardarnos de la intemperancia:

- 1) rezando y rectificando la intención antes de comer,

2) no entregándonos totalmente al placer de comer y beber,

3) no comiendo fuera de las horas señaladas sin un motivo concluyente,

4) absteniéndonos, de vez en cuando, de alimentos lícitos.

Permanezcamos unidos a Dios durante la comida, atendiendo a la lectura que se hace en la mesa, o mantengamos una conversación edificante.

Castíguense las faltas contra la templanza con sacrificios contrarios a este vicio.

### *b) La castidad; la incontinencia*

#### **279 . ¿Quién es casto?**

Es casto el que constantemente sujeta el apetito sexual, según la voluntad de Dios.

Sobre el valor y la práctica de esta virtud y el vicio opuesto, véase n. 415 ss.

### *c) La mansedumbre; la ira*

#### **280. ¿Quién es manso?**

Es manso el que constantemente domina la ira, interna y externamente.

#### **281. ¿Para qué es necesaria la mansedumbre?**

Es necesaria la mansedumbre para:

- 1) agradar a Dios,
- 2) asemejarse a Jesús,
- 3) gozar de una profunda paz interior,
- 4) conservar la concordia con los demás,

5) tener la estima de los otros e influir entre los hombres.

«¡Oh, Señor!, que siempre te ha agradado la oración del humilde y manso» (Judith 9, 16).

«Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y hallaréis la tranquilidad para vuestras almas» (Mt 11, 29).

«Bienaventurados los mansos, porque ellos poseerán la tierra» (Mt 5, 4).

## **282. ¿Cómo debemos practicar la mansedumbre?**

Debemos practicar la mansedumbre :

1) permaneciendo tranquilos y serenos en todas las circunstancias,

2) tratando amablemente a nuestros prójimos,

3) no dejando aparecer al exterior los incipientes movimientos de la indignación y sometiénolos en seguida internamente,

4) no dejando que el rencor y la venganza se aposenten en el corazón.

Los superiores deben especialmente practicar la mansedumbre. Éstos «débense guardar de airarse o conturbarse por el pecado de alguno, porque con la ira y conturbación impiden en sí y en los otros la caridad» (*Regla de los Franciscanos*, cap. vii).

«Vivir en paz con los hombres buenos y mansos nada tiene de extraordinario... Mas poder vivir pacíficamente con hombres duros, aviesos o ineducados, o con los que llevan dentro el espíritu de contradicción, grande gracia es ésta, y cosa muy loable, varonil y noble» (*Imitación de Cristo* II, 3, 2).

## **283. ¿Quién es iracundo?**

Es iracundo el que en seguida se enfurece a causa de un mal recibido.

La ira que estalla con extraordinaria prontitud y fuerza llámase cólera.

Personas hay que se dejan llevar de la ira por **pequeñeces**: si una mosca molesta, si el trabajo no va bien.

La más peligrosa es la que tiene por motivo una **injuria**, real o imaginaria, porque fácilmente se le unen sentimientos de odio y apetito de venganza.

Puede manifestarse la ira al exterior con mala cara, porte frío, silencio rencoroso, denuetos, amargos reproches, insensatas explosiones de cólera.

Justa es la ira si procede de una causa justa y al mismo tiempo se manifiesta de un modo conveniente. Tal fué la ira santa de Jesús cuando arrojó del templo a los que compraban y vendían.

Aquí también puede uno engañarse a sí mismo tomando y excusando por ira santa su pasión indisciplinada.

#### **284. ¿Por qué motivos sobrenaturales debemos reprimir la ira?**

Debemos reprimir la ira por los siguientes motivos sobrenaturales:

- 1) porque es pecado,
- 2) porque lleva con facilidad a la blasfemia, al odio, a herir el cuerpo, a la enemistad y a otros pecados.
- 3) porque imposibilita el fervoroso aspirar a la perfección.

Pecado venial es de ordinario un movimiento de ira repentino, pero de corta duración. Mas, siendo de larga duración y dominando plenamente el espíritu y el corazón o transformándose en enemistad, es gravemente pecaminosa.

«El hombre iracundo promueve quimeras, y el que fácilmente se enoja, también fácilmente peca» (Prov 29, 22).

«La ira se alberga en el pecho del insensato» (Eccl 7, 10).

#### **285. ¿Por qué motivos naturales debemos evitar la ira?**

Debemos evitar la ira por los siguientes motivos naturales:

- 1) porque perturba el espíritu, induciéndole a cometer imprudencias,

- 2) porque excita el ánimo y destruye la paz,
- 3) porque menoscaba la estima y el influjo ante los demás,
- 4) porque daña la salud corporal.

### **286. ¿Cómo debemos preservarnos de la ira?**

Debemos preservarnos de la ira :

- 1) considerando de antemano las ocasiones y aperciéndonos con calma y paciencia,
- 2) no dejando exteriorizar los incipientes ímpetus de la pasión,
- 3) dominándolos enérgicamente desde el principio,
- 4) no obrando bajo su influjo,
- 5) perdonando generosamente la injuria padecida y devolviendo bien por mal.

Mala consejera es la ira.

No se medite la injuria sufrida ni se la mencione en la conversación.

*d) La discreción, el silencio conventual, la locuacidad*

### **287. ¿Quién es discreto?**

Es discreto quien no dice nada prohibido o inútil y, sobre todo, no descubre sin motivo algo secreto.

En este último caso, la discreción se llama comúnmente reserva.

### **288. ¿Para qué es necesaria la virtud de la discreción?**

La virtud de la discreción es necesaria para :

- 1) evitar muchos pecados contra Dios y contra el prójimo,
- 2) tratar interiormente con Dios y progresar en la virtud,

- 3) guardar la paz del corazón,
- 4) adquirir la estima y la confianza de los hombres.

Nuestro Señor pronunció esta severa sentencia: «Yo os digo que de cualquier palabra que habladen los hombres han de dar cuenta en el día del juicio. Porque por tus palabras habrás de ser justificado y por tus palabras condenado» (Mt 12, 36-37).

«Si alguno se precia de ser religioso no refrenando su lengua, se engaña y su religión es vana» (Iac 1, 26).

«Aun el ignorante, si calla, será reputado por sabio, y pasará por entendido si no despliega sus labios» (Prov 17, 28).

Por unas palabras inconsideradas muchos han perdido completamente la confianza de que hasta entonces habían gozado ante los hombres.

### **289. ¿En qué consiste el silencio conventual**

El silencio conventual consiste en que las personas religiosas guarden silencio, según la prescripción de sus reglas, en horas y en lugares determinados, si una razón plausible no les obliga a hablar.

Razones para hablar son, por ejemplo, las obligaciones del cargo, la obediencia, la caridad fraterna.

Muchas órdenes distinguen entre pequeño y gran silencio. Para romper el gran silencio es menester una razón muy poderosa.

Al espíritu de silencio pertenece el andar tranquilo y recogido, el decir queda y brevemente las cosas necesarias y evitar todo ruido innecesario, por ejemplo, abrir y cerrar puertas golpeándolas reciamente.

Dígame lo mismo del silencio prescrito en los colegios y otros centros de educación.

### **290. ¿Por qué debemos observar el silencio conventual?**

Debemos observar el silencio conventual porque :

- 1) mantiene dentro de la disciplina a la comunidad toda y a cada uno de sus miembros,

2) favorece el recogimiento interior y el fiel cumplimiento de los propios deberes.

El padre Jerónimo Nadal, S. I. († 1580), que a menudo era enviado como visitador por San Ignacio, era del parecer de que para la reforma de un convento, y aun de una Orden, basta exigir que se observe exactamente el silencio.

### **291. ¿Quién es locuaz?**

Es locuaz quien por costumbre habla superflamente y sin pensar lo que dice.

La nota distintiva es la irreflexión. El locuaz dice sin más ni más lo que le viene a las mientes.

### **292. ¿Por qué debemos evitar la locuacidad?**

Debemos evitar la locuacidad, porque:

1) nos conduce fácilmente a conversaciones indiscretas, fanfarronas, anticaritativas, alborotadoras, mentirosas y a otros pecados del mismo género,

2) siembra la discordia y enemistad y ocasiona otros daños,

3) impide el recogimiento interior,

4) destruye la estima y confianza para con los demás hombres.

«En el mucho hablar no falta pecado» (Prov 10, 19).

«Hablar es plata, callar es oro».

«Cuantas veces he estado entre los hombres, tantas he vuelto menos hombre» (*Imitación de Cristo*).

### **293. ¿Cómo debemos guardarnos de la locuacidad?**

Debemos guardarnos de la locuacidad:

1) considerando lo feo y lo vergonzoso de este defecto,

2) vigilándonos diligentemente, pidiendo con fervor la gracia necesaria para ello y venciéndonos con frecuencia,

3) cegando las fuentes de este defecto: la búsqueda de consuelos terrenos y el orgullo secreto.

«De aquí que conversemos tan a gusto unos con otros, porque busquemos consolarnos y recrearnos mutuamente... Mas... este consuelo externo que nos procuramos impide el interior que Dios solamente da» (*Imitación de Cristo* 1, 10).

*e) La diligencia; la pereza; el buen empleo del tiempo*

#### **294. ¿Quién es diligente?**

Es diligente el que cumple en lo posible con exactitud, celo y orden los deberes de su estado y demás obligaciones.

El que es diligente no se deja ganar por la desgana o el desaliento.

No escoge los trabajos que más le agradan, sino que tiene puestos los ojos, sobre todo, en el cumplimiento de su deber.

Con el mismo cuidado hace lo pequeño que lo grande. Todo lo hace a su tiempo, en la debida forma y de manera perfecta y acabada.

#### **295. ¿Para qué nos es necesaria la virtud de la diligencia?**

Nos es necesaria la virtud de la diligencia para:

- 1) hacernos gratos a Dios y a los hombres,
- 2) mantener sereno el espíritu y avanzar en la virtud,
- 3) tener éxito en las empresas temporales.

#### **296. ¿Quién es perezoso?**

Es perezoso el que cumple sus obligaciones sin fervor ni seriedad, o cambia su ocupación sin motivo suficiente, o abandona su tarea.

Se reconocerá al perezoso en que:

a) siente desgana por las cosas espirituales (meditación, recogimiento del espíritu, lectura espiritual, mortificación),

b) huye de los hombres trabajadores, sintiendo aversión hacia ellos,

c) cumple superficialmente sus obligaciones, las cambia sin motivo o las abandona,

d) muestra predilección por lo desprovisto de valor o por charlas inacabables,

e) se ocupa con gusto en cosas inútiles.

«Ociosidad ocupada» es el nombre de este trabajar inútil del perezoso.

## **297. ¿Por qué hemos de evitar la pereza?**

Hemos de evitar la pereza porque:

1) nos lleva a muchos pecados, principalmente a la locuacidad, escándalo, impureza y, por último, a la tibieza y al endurecimiento del corazón,

2) es culpable de la pérdida de mucho bien que podría hacerse en beneficio de las almas, de la Iglesia y del mundo,

3) impide la paz interna y la verdadera alegría.

«La ociosidad es madre de todos los vicios».

El ocioso es un anzuelo de Satanás para pescar a los hombres.

«Tan gran milagro sería que un hombre ocioso viviera castamente, como que una piedra no cayera, quedando suspendida en el aire» (DRUZBIKI, S. I., † 1662).

Particularmente funesta es la pereza en la vida espiritual.

San Francisco de Asís llamaba al ocioso «fray Mosca», porque vivía a costa de los demás sin molestarse. A tal persona, no la sufría en la Orden.

## **298. ¿Cómo debemos guardarnos de la pereza?**

Debemos guardarnos de la pereza:

1) teniendo en mucho el valor del tiempo,

2) pidiendo a Dios su ayuda y venciéndonos a nosotros mismos con fervor,

3) observando con fidelidad un horario fijo.

«El holgazán quiere y no quiere» (Prov 13, 4).

«El reino de los cielos padece violencia y sólo los que se violentan lo arrebatan» (Mt 11, 12).

El que se engaña a sí mismo, considera la ociosidad como arte de bien vivir, distracción necesaria, moderación, caritativa condescendencia con los demás.

### **299. ¿Por qué es el tiempo tan precioso?**

El tiempo es tan precioso porque :

1) la vida es corta y su fin incierto,

2) el tiempo perdido no se recupera.

3) de su aprovechamiento depende para nosotros, y por ventura para otros muchos hombres, la felicidad o perdición eternas.

«Hermanos, el tiempo es corto» (1 Cor 7, 29).

«Vigilad, pues no sabéis a qué hora vendrá vuestro Señor» (Mt 24, 42).

No debemos contentarnos con llegar simplemente al cielo, sino que debemos trabajar por alcanzar un grado de gloria lo más alto posible. Desde este punto de vista, aun la más pequeña partícula de tiempo tiene valor de eternidad.

### **300. ¿Cómo se logra aprovechar el tiempo?**

Se logra aprovechar el tiempo :

1) meditando frecuentemente su valor y el daño que causa su pérdida,

2) esforzándose, especialmente en la juventud y cuando se goza de salud,

3) huyendo en lo posible de la compañía de hombres ociosos,

4) no entregándose al sueño y a la recreación más de lo que requiere la necesidad natural,

5) siguiendo un buen horario,

6) haciendo a menudo el examen de conciencia sobre esta materia.

La distribución y el fiel cumplimiento de un buen horario es un medio muy a propósito para plasmar una vida valiosa. En él deben estar bien representadas la oración, el trabajo y la recreación. Cambiar de trabajo ya es un recreo.

El que trabaja con calma y mesura, puede hacer mucho y necesita menos descanso y recreación.

Para no cometer imprudencias, mas tampoco engañarse a sí mismo, pídase consejo a personas entendidas.

La diligencia sola no asegura el buen aprovechamiento del tiempo. El trabajo debe hacerse también en estado de gracia y con la intención de agradar a Dios.

Puede recuperarse el tiempo perdido con una diligencia extremada y con ferviente amor a Dios.

*f) La humildad; la soberbia (vana ansia de honores, vanagloria, vanidad, hipocresía, ambición)*

### **301. ¿Quién es humilde?**

Es humilde el que constantemente se tiene en poco a la vista de la infinita grandeza de Dios y de su propia miseria.

La humildad pertenece a la virtud cardinal de la templanza, porque modera el apetito de honores e independencia del hombre.

El sentimiento de humildad se manifiesta espontáneamente en el habla, en el trato y en todo el porte de la persona.

### **302. ¿Para qué es necesaria la virtud de la humildad?**

La virtud de la humildad es necesaria para :

- 1) superar las artimañas del demonio,
- 2) agradar a Dios y asemejarse a Jesús,
- 3) adquirir y conservar las demás virtudes,
- 4) gozar de paz inalterable,
- 5) entenderse bien con los demás hombres,
- 6) tener valor y disposiciones en las empresas difíciles.

«Dios resiste a los soberbios, da su gracia a los humildes» (Iac 4, 6).

Jesús nos dice: «Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón» (Mt 11, 29).

La Santísima Virgen y los Santos todos fueron humildes de corazón.

La humildad es señal cierta de predestinación, lo mismo que la soberbia lo es de reprobación.

No hay apenas dificultad en la vida de comunidad que no pueda ser evitada o superada con la humildad.

Las personas que, por su estado, han de ocuparse en servicios humildes, como los criados, los hermanos legos y hermanas legas, expuestos por tanto a diversas humillaciones, deben impedir que surja en ellos el espíritu de susceptibilidad. Éste puede fácilmente degenerar en una especie de enfermedad psíquica, amargándoles toda la vida. Persuádanse de que Dios ha querido, llamándolos a un estado humilde, hacerlos más semejantes a su Divino Hijo y conducirlos en ese su estado por el camino seguro que siguieron tantos grandes Santos. Un permanente descontento con su suerte y, por ende, con la providencia divina, impide cualquier progreso en la vida espiritual.

### **303. ¿Cuáles son los grados de la humildad?**

Los grados de humildad son tres:

- 1) tenerse en poco,
- 2) llevar con paciencia que otros nos menosprecien,
- 3) soportar con alegría las humillaciones e incluso desearlas.

El segundo grado fluye necesariamente del primero. Quien se menosprecia no toma a mal que otros le consideren de poco valer.

Tratar de salvaguardar el buen nombre y el honor no va contra la humildad, sino que es un un derecho legítimo y, según los casos, deber sagrado.

### **304. ¿Quién se halla en el primer grado de humildad?**

Se halla en el primer grado de humildad el que:

- 1) se considera indigno de servir a Dios y de sus gracias, y merecedor de sufrir todas las pruebas;

2) no se prefiere a nadie, oculta sus buenas cualidades y acciones, y manifiesta sus faltas secretas a quienes deben conocerlas;

3) el que desconfía de sus propios juicios y fuerzas, no alimenta pensamientos de propia estima, no busca alabanzas ni las acepta vanamente complacido, y elige lo inferior en el alimento, vestido y habitación.

«Conozco, Señor, que tus juicios son justos y que en tu verdad me has humillado» (Ps 118, 75).

«No a nosotros, Señor, no a nosotros, sino a tu nombre da el honor» (Ps 113, 9).

«¿Qué tienes que no hayas recibido? Y si lo has recibido, ¿por qué te vanaglorías como si no lo hubieras recibido? (1 Cor 4, 7).

### **305. ¿Quién se halla en el segundo grado de humildad?**

Se halla en el segundo grado de humildad el que sufre con paciencia que:

1) le tengan en poco o le desprecien en privado o en público,

2) se le considere incapaz para ciertos cargos y ocupaciones,

3) le pospongan a otros en cuanto al alimento, vestido y habitación,

4) en fin, parezca que no le aprecian o aman.

Asimismo se halla en este grado el que lleva pacientemente sentirse como abandonado de Dios.

### **306. ¿Quién se halla en el tercer grado de humildad?**

Se halla en el tercer grado de humildad el que:

1) desea que sus méritos y buenas obras sean despreciados por los demás,

2) se alegra cuando son descubiertas sus faltas,

3) desea recibir, aun en cosas necesarias, lo peor, y ser tratado con dureza y frialdad,

4) ama a sus adversarios y perseguidores como a sus mayores bienhechores, por ellos reza, habla bien de ellos y les devuelve bien por mal.

Este grado es señal de gran perfección.

«Los Apóstoles se retiraron muy gozosos de la presencia del Concilio, porque habían sido dignos de sufrir ultraje por el nombre de Jesús» (Act 5, 41).

«El verdadero humilde quiere ser tenido en nada, no por humilde» (SAN BERNARDO).

En todas las prácticas de humildad debemos guardarnos lo mismo del propio engaño que de la imprudencia.

### **307. ¿Cómo se adquiere la virtud de la humildad?**

Se adquiere la virtud de la humildad:

- 1) pidiéndola a menudo,
- 2) tratando de conocerse a sí mismo cada vez mejor,
- 3) utilizando con celo todas las ocasiones de practicar esta virtud.

### **308. ¿Quién es soberbio?**

Es soberbio el que por falta de verdadero conocimiento propio y por vana arrogancia se estima más de lo justo.

### **309. ¿Por qué debemos evitar la soberbia?**

Debemos evitar la soberbia porque:

- 1) es un pecado abominable y camino para otros muchos,
- 2) destruye las virtudes y roba el mérito a las buenas obras,

3) nos atrae los castigos de Dios y el desprecio de los hombres.

«La soberbia es aborrecida de Dios y de los hombres» (Eccl 10, 7).

«En verdad os digo, ya han recibido su galardón» (Mt 6, 2). La soberbia desmedida y obstinada es señal de perdición».

«Al orgullo altanero sigue siempre la caída vergonzosa».

### **310. ¿Por qué es tan peligrosa la soberbia?**

La soberbia es tan peligrosa porque:

1) con frecuencia yace oculta en lo más profundo del corazón, y solamente con dificultad se la descubre,

2) se desliza muy fácilmente, sin ruido y en las más variadas formas, incluso en la práctica de la virtud.

En ningún otro vicio, fuera de la sensualidad, hay tanto peligro de engañarse a sí mismo como en la soberbia.

### **311. ¿Cuáles son las principales clases de soberbia?**

Las principales clases de soberbia son:

- 1) vana ansia de honores,
- 2) vanagloria,
- 3) vanidad,
- 4) hipocresía,
- 5) ambición.

### **312. ¿Quién peca por vana ansia de honores?**

Por vana ansia de honores peca el que, de manera inconveniente, exige de los demás alabanza y estima.

El ansia de honores puede preceder a la buena obra, o sobrevenir mientras se realiza o luego de realizada.

Caen precisamente en este defecto, con facilidad y frecuencia, personas que aspiran seriamente a la perfección.

### 313. ¿Por qué debemos evitar este defecto?

Debemos evitar este defecto porque:

- 1) es ofensa a Dios,
- 2) mengua el valor sobrenatural de nuestras obras, o lo destruye totalmente,
- 3) turba la paz del corazón.

El codicioso de honores ofende a Dios por cuanto:

- a) exige para sí el honor que sólo a Dios se debe,
- b) busca que la criatura le honre, mientras debería bastarle el mérito delante de Dios.

Jesús vituperaba a los judíos diciendo: «¿Cómo es posible que creáis, vosotros que andáis mendigando alabanzas unos de otros y no procuráis la honra que sólo de Dios procede?» (Ioh 5, 44).

«Guardaos bien de hacer vuestras buenas obras en presencia de los hombres con el fin de que os vean; de otra manera no recibiréis el galardón de vuestro Padre que está en los cielos» (Mt 6, 1).

El favor y la alabanza de los hombres son muy variables. Hoy gritan *Hosanna*, y mañana *Crucifige*.

### 314. ¿Quién peca de vanagloria?

Peca por vanagloria el que de modo desordenado se enaltece a sí mismo en palabras y conversaciones.

Unos se vanaglorían de su excelencia, otros de su parentela, amigos y hermanos de religión, otros, en fin, a falta de otra cosa, de sus defectos y vicios.

### 315. ¿Por qué debemos evitar la vanagloria?

Debemos evitar la vanagloria porque:

- 1) desagrade a Dios y a los hombres,
- 2) conduce fácilmente a pecar contra la verdad, la justicia y la caridad fraterna.

### **316. ¿Quién es vanidoso?**

Vanidoso es el que se complace desordenadamente de sus cualidades y acciones.

No toda complacencia de las propias aptitudes y obras está prohibida, sino la complacencia desordenada, como si fuéramos nosotros y no Dios la causa del bien.

### **317. ¿Quién es hipócrita?**

Es hipócrita el que intencionadamente aparenta más devoción y virtud que la que en realidad tiene.

La hipocresía o el aparentar una virtud que no se tiene es un vicio feo y peligroso. Es odiado por Dios y los hombres.

Jesús llamó a los escribas y fariseos, a causa de su hipocresía, sepulcros blanqueados, dirigiéndoles terribles apóstrofes: «¡Serpientes, raza de víboras! ¿cómo escaparéis vosotros al fuego del infierno?» (Mt 23, 27-33).

No toda hipocresía es pecado grave; no lo es, cuando se da sólo en cosas de poca monta y no daña en modo notable a otros.

### **318. ¿Quién es ambicioso?**

Es ambicioso el que aspira desordenadamente a que se le honre, distinga y prefiera a los demás.

### **319. ¿Por qué debemos evitar la ambición?**

Debemos evitar la ambición porque:

- 1) es abominada por Dios y los hombres,
- 2) produce con facilidad grandes escándalos, trastornos y desavenencias.
- 3) No deja prosperar la paz del corazón.

Jesús dijo a los Apóstoles que pretendían ocupar los primeros puestos: «En verdad os digo que si ... no os hiciéreis como niños, no entraréis en el reino de los cielos» (Mt 18, 3).

Una cabeza inquieta y ambiciosa basta para precipitar una comunidad en la discordia.

### **320. ¿Cuándo debemos practicar en público el bien?**

Debemos practicar el bien en público :

1) si lo exigen la glorificación de Dios, la edificación del prójimo y el honor de la Iglesia y del estado eclesiástico ;

2) si la acción buena no puede hacerse más que en público, por ejemplo, el rezo en coro, la visita a los enfermos, la mortificación de los sentidos exteriores.

La intención debe ser recta y dirigida a Dios.

«Brille así vuestra luz ante los hombres, de manera que vean vuestras buenas obras y glorifiquen a vuestro Padre que está en los cielos» (Mt 5, 16).

San Francisco de Asís salió a veces a la plaza pública con el único fin de predicar con su ejemplo.

No se dejen de hacer las buenas obras y prácticas de virtud por miedo de parecer soberbio.

Sin hacer caso de los pensamientos de vanidad que nos viñeren en el curso de la buena obra, continúese tranquilamente el bien comenzado.

«Escucha, Satanás — decía San Bernardo, tentado de vanidad —, ni comencé por ti ni por ti dejaré de hacerlo.»

Por las mismas razones con que se pueden hacer acciones buenas en público, está también permitido hablar de las buenas obras propias o de las mercedes de Dios recibidas.

### **321. ¿Cuándo es lícito ocultar los propios defectos?**

Es lícito ocultar los propios defectos para :

1) impedir el escándalo,

2) evitar perjuicios y daños a la Iglesia y al estado eclesiástico.

Ocultar no quiere decir aquí obrar en secreto, sino dejar de hacer por motivos especiales, en algunos casos, lo que se debe omitir siempre. No obran, pues, con hipocresía las per-

sonas eclesiásticas intemperantes, irascibles, vanidosas y tibias que se dominan ante otros, especialmente si son jóvenes. Están incluso obligadas a ello.

### **322. ¿Cómo debemos comportarnos en relación a nuestras facultades y aptitudes?**

Debemos :

1) reconocer con humildad nuestras facultades y aptitudes, alegrándonos de ellas como de dones recibidos de Dios,

2) perfeccionarlas con celoso cuidado y aplicarlas con diligencia, según la prudencia aconseje y pida o permita la obediencia.

Está permitido llamar la atención de los superiores sobre nuestras dotes no conocidas por ellos.

Si otros menos dotados son preferidos a nosotros y colocados en cargos más importantes, debemos ver en ello la providencia de Dios. Dios todopoderoso no necesita de nuestras fuerzas para realizar sus designios.

Si los superiores nos ocuparan en trabajos que no corresponden a nuestras aptitudes e inclinaciones, nos es lícito ponerlo discretamente en conocimiento de los mismos. Mas si no mudaran sus determinaciones, debemos reconocer en ello la voluntad santa de Dios.

Siempre, en cualquier puesto en que estemos, debemos aspirar a que nuestras fuerzas y cualidades sirvan al honor de Dios y a la salud de las almas en cuanto nos sea posible.

### **323. ¿Cómo debemos combatir la soberbia?**

Debemos combatir la soberbia :

1) con la consideración frecuente de la maldad y malignidad de este pecado,

2) con el vivo conocimiento de nuestra propia miseria y debilidad, y la total dependencia de Dios,

3) con la repetición de actos de humildad, especialmente en las tentaciones de soberbia.

## V. LA VIRTUD CARDINAL DE LA FORTALEZA

### A. La virtud cardinal de la fortaleza

#### 324. ¿Quién es fuerte?

Es fuerte quien con constancia y voluntad se somete a los trabajos y penalidades de la vida y emprende cosas arduas con ánimo prudente y razonable dispendio de fuerzas.

Pertenece también a la virtud de la fortaleza desistir a tiempo de una obra demasiado dificultosa, que supera nuestras fuerzas o se ha tornado inútil.

#### 325. ¿Para qué es necesaria la virtud de la fortaleza?

Es necesaria la virtud de la fortaleza para :

1) cumplir con fidelidad la voluntad de Dios y adquirir virtudes sólidas,

2) realizar grandes obras en pro de la salud de las almas y recoger abundantes merecimientos para el cielo.

«El reino de los cielos padece violencia y sólo los violentos lo alcanzan» (Mt 11, 12).

«Nadie será coronado en el estadio, que no haya corrido según las leyes» (2 Tim 2, 5).

Practicando esta virtud, podemos demostrar con toda claridad nuestro amor a Dios.

¡Qué sacrificios hacen los hijos de este siglo para conquistar bienes y honores transitorios!

### B. Virtudes afines a la virtud cardinal de la fortaleza y los vicios opuestos

#### 326. ¿Cuáles son las virtudes afines a la virtud cardinal de la fortaleza?

Afines a la virtud cardinal de la fortaleza son :

1) la magnanimidad,

- 2) la confianza,
- 3) la constancia,
- 4) la paciencia.

*a) La magnanimidad; la temeridad; la pereza*

### **327. ¿Quién es magnánimo?**

Es magnánimo quien está siempre dispuesto a aceptar, por amor a Dios, obras extraordinariamente difíciles o repugnantes.

Esta virtud se muestra:

- a) no dejándose amilantar por las dificultades (ni por promesas, amenazas, juicios falsos, persecuciones),
- b) no alimentando odio contra los adversarios, sino haciéndoles bien,
- c) conservando el espíritu tranquilo, no obstante las mayores dificultades.

La magnanimidad es una virtud muy propia de los Santos. Ella estimula a hacer actos heroicos de virtud, premiados por Dios con gracias extraordinarias.

No debemos emprender obras excepcionalmente largas, grandes, difíciles, peligrosas o extrañas a nosotros, sin el previo conocimiento y aprobación de nuestros superiores.

En caso de que éstos nos encarguen una empresa que parece sobrepasar nuestras fuerzas, podemos y debemos notificarles humildemente nuestra insuficiencia. Mas si ellos persisten en su mandato, dispongámonos a cumplirlo con la confianza puesta en Dios.

### **328. ¿Quién peca de temerario?**

Peca de temerario el que emprende caprichosamente obras que sobrepujan sus fuerzas.

La temeridad procede de la soberbia e irreflexión. En apariencia, aseméjase a la magnanimidad; en realidad, es su contraria.

### **329. ¿Quién peca de perezoso?**

Peca de perezoso el que, por negligencia y voluntaria flaqueza espiritual, rehuye cualquier trabajo difícil y penoso, a pesar de que la conciencia le advierte de su obligación de realizarlo.

*b) La confianza; la pusilanimidad*

### **330. ¿Quién es confiado?**

Es confiado el que acomete obras difíciles humildemente, con la firme esperanza de que Dios le dará la fuerza y perseverancia necesarias.

### **331. ¿Quién peca de pusilánime?**

Peca de pusilánime el que, a pesar de la voz de su conciencia, deja de hacer el bien porque le espantan el esfuerzo y el peligro que consigo lleva.

La raíz de este defecto es la desconfianza en Dios, falta de fervor y la secreta soberbia que teme el bochorno de un posible fracaso.

*c) La constancia; la inconstancia; la firmeza,  
la obstinación*

### **332. ¿Quién es constante en el bien?**

Es constante en el bien el que prosigue la buena obra empezada y, en cuanto de él depende, la lleva a buen término.

El daño es grande: el pusilánime nunca hace él mismo algo grande y estorba muchas veces a otros en sus obras de celo.

Se distinguen :

- a) la constancia en la realización de la buena obra,
- b) la constancia en el bien hasta el fin de la vida.

### **333. ¿Para qué es necesaria la constancia en el bien?**

La constancia en el bien es necesaria para :

- 1) la adquisición de virtudes sólidas y realización de obras gratas a Dios.
- 2) alcanzar la vida eterna.

«El que pone la mano al arado y mira atrás, no es digno del reino de los cielos» (Lc 9, 62).

«Quien perseverare hasta el fin, éste será salvo» (Mt 19, 22).

«Sé fiel hasta la muerte y te daré la corona de la vida» (Apoc 2, 10).

«En cuanto a los cristianos no es cuestión cómo empezarán, sino cómo acabarán. Pablo empezó mal, pero terminó bien; Judas, por el contrario, tuvo un principio muy loable, mas por su traición, un fin digno de reprobación» (SAN JERÓNIMO).

No debemos ser constantes solamente en nuestras obligaciones, sino también en todas las buenas obras que comenzáremos, en especial :

- a) en las maneras corteses y honestas,
- b) en los ejercicios de piedad y virtud libremente emprendidos.

Deben suprimirse las costumbres que fueron buenas al principio, mas con el correr del tiempo perdieron su finalidad, se volvieron perjudiciales a la salud o impidieron el aprovechamiento de las virtudes. Procédase sin exageraciones y sin dejarse engañar por la pereza o el miedo al sacrificio.

### **334. ¿Quién peca por inconstancia?**

Peca por inconstancia el que sin causa suficiente se aparta de practicar el bien y se deja arrastrar por pensamientos u obras opuestos.

No hay que dejar de practicar el bien inducidos por pasiones torcidas, dificultades especiales, oposición injustificada de los hombres o por malos ejemplos.

### **335. ¿Por qué debemos guardarnos de la inconstancia?**

Debemos guardarnos de la inconstancia, porque:

- 1) no es digna de un hombre razonable y cristiano,
- 2) conduce con facilidad a la tibieza, a contraer malas costumbres y, por último, a la perdición eterna.

También aquí vale el proverbio: «se empieza por cosas pequeñas y se acaba por cosas grandes».

Funestísima es la inconstancia que lleva al abandono de la vocación religiosa o de la fe.

«El hombre santo persevera en la sabiduría como el sol; mas el necio se muda como la luna» (Eccli 27, 12).

«¡Ay de los que... abandonan los caminos rectos y se van por sendas torcidas! ¿Qué harán cuando comience el Señor su juicio?» (Eccli 2, 16).

«Los que hayan sido una vez iluminados, han gustado el don celestial y han sido hechos partícipes del Espíritu Santo... y después de todo esto han caído, es imposible que sean renovados a la penitencia» (Hebr 6, 4 y 6).

La historia de la Iglesia y de todas las Órdenes religiosas nos ofrecen muchos ejemplos de semejante inconstancia, de efectos aterradores.

### **336. ¿Quién es firme?**

Firme es el que permanece incommovible en lo que ha conocido como bueno o útil, según la razón y la conciencia.

Esta firmeza es una nota distintiva del carácter.

### **337. ¿Quién peca por obstinación?**

Peca por obstinación el que ve lo irrazonable de su parecer o puede con facilidad verlo, mas, a pesar de ello, porfía en palabras u obras.

La obstinación se diferencia de la firmeza en que a aquélla le falta la prudencia.

#### *d) La paciencia; la impaciencia*

### **338. ¿Quién es paciente?**

Paciente es quien sufre con calma, por amor a Dios, dificultades y dolores.

El que es paciente soporta con tranquilidad lo mismo dolores físicos (como enfermedades, hambre, sed, frío, persecuciones) que dolores morales (preocupaciones, tentaciones, agravios).

### **339. ¿Cuántos grados tiene la paciencia?**

La paciencia tiene tres grados :

- 1) sufrir sin dar voluntariamente signo exterior de impaciencia,
- 2) sufrir sin agitación interior,
- 3) sufrir con alegría y ansiar más sufrimientos.

«Estoy inundado de consuelo, rebozo de gozo en medio de todas mis tribulaciones» (2 Cor 7, 4).

«Tened, hermanos míos, por objeto de sumo gozo el caer en varias tribulaciones» (Iac 1, 2).

«Señor: padecer o morir» (SANTA TERESA DE JESÚS).

### **340. ¿Para qué es necesaria la virtud de la paciencia?**

Es necesaria la virtud de la paciencia para :

- 1) sobrellevar debidamente los dolores enviados ó permitidos por Dios,
- 2) expiar nuestros pecados y lograr copiosos merecimientos,
- 3) hacer obras buenas y adquirir virtudes sólidas,
- 4) alcanzar la perseverancia final.

Los sufrimientos son con frecuencia pruebas del amor que Dios nos tiene.

Dios sabe sacar bien del mal.

«Vosotros pensasteis hacerme un mal, pero Dios lo convirtió en bien para ensalzarme», decía, en Egipto, José a sus hermanos (Gen 50, 20).

«El Señor castiga a los que ama» (Prov 3, 12).

El Ángel dijo a Tobías: «Porque eras agradable a Dios fué necesario que te probara la tentación» (Tob 12, 13).

«Os es necesaria la paciencia para que, haciendo la voluntad de Dios, obtengáis la promesa» (Hebr 10, 36).

«Es preciso pasar por medio de muchas tribulaciones para entrar en el reino de los cielos» (Act 14, 21).

Aquí, en la tierra, nadie puede estar sin su cruz: «Ordena y gobierna las cosas a tu antojo y voluntad y no hallarás otra cosa sino que en todas partes hay algo que sufrir. Hay que sufrir, a gusto o a disgusto. Así, pues, doquiera hallarás la cruz. Pues o sufrirás dolores en el cuerpo o soportarás sufrimientos en el espíritu» (*Imitación de Cristo* II, 12, 3).

También en la virtud de la paciencia es Jesús el ejemplo más perfecto. Con completa sumisión y alegría llevó la cruz pesadísima.

Los Santos le han imitado. También a nosotros nos llama Jesús a imitarle: «El que no toma sobre sí su cruz y me sigue, no es digno de mí» (Mt 10, 38).

### **341. ¿Qué sufrimientos nos es lícito tratar de evitar?**

Nos es lícito tratar de evitar los males que:

- 1) amenazan a la sociedad (familia, feligresía, pueblo, convento, orden, la Iglesia toda).
- 2) ponen en peligro importantes bienes temporales (vida, salud, medios económicos, buen nombre),
- 3) apenas soportaríamos sin pecar, a causa de nuestra debilidad en la virtud.

Se debe llamar al médico en las enfermedades graves. Y puede pedirse a Dios que nos libre de ellas.

No debemos procurar sustraernos de males corporales o morales no peligrosos, como indisposiciones, desprecios, agravios, salvo si hay peligro grave de impacientarnos o dejarnos arrastrar por la ira o venganza.

### **342. ¿Cómo debemos comportarnos en las dificultades?**

En las dificultades debemos :

- 1) reprimir todo movimiento de impaciencia,
- 2) ponernos confiadamente en las manos de Dios,
- 3) no abandonar nuestros acostumbrados ejercicios piadosos, sino hacerlos con redoblado fervor,
- 4) no buscar consuelos en las criaturas, sino en Dios solo,
- 5) pedir por el que nos hace sufrir y devolver bien por mal.

Si la prueba es muy duradera, recibámosla como una gracia especial de Dios. Considerémonos felices por ello, y correspondamos con alegre y perseverante entrega a los santos designios de Dios.

### **343. ¿Cómo debemos comportarnos en la aridez espiritual?**

En la aridez espiritual debemos :

- 1) humillarnos ante Dios y considerarnos indignos de sus consuelos,
- 2) examinarnos si somos culpables por nuestras faltas y negligencias,
- 3) no omitir ninguna de las prácticas ordinarias.

### **344. ¿Cómo debemos comportarnos en la enfermedad corporal?**

En la enfermedad corporal debemos :

- 1) practicar la paciencia y resignación en Dios,
- 2) cumplir los dictámenes del médico y del personal de servicio,
- 3) agradecer los servicios que nos hagan,
- 4) ser comedidos en exigir,

5) atenernos a un horario acomodado a la situación presente.

Pidamos con tiempo, en caso de necesidad, los últimos sacramentos. Si se nos ofrecen, aunque sea muy discretamente, aceptémoslos inmediatamente y con gusto. Los enfermos de cuidado se engañan con facilidad sobre la gravedad de su estado.

### **345. ¿Quién peca por impaciencia?**

Peca por impaciencia el que desordenadamente se intranquiliza o aflige por un mal presente.

El remedio principal contra este defecto es el profundo convencimiento de que las dificultades son providencias de Dios, todo bondad.

## *Capítulo décimocuarto*

### **LAS TRES VIRTUDES TEOLOGALES Y LOS VICIOS CONTRARIOS**

#### **I. LA VIRTUD TEOLOGAL DE LA FE**

#### **346. ¿En qué consiste la virtud teologal de la fe?**

La virtud de la fe consiste en creer firmemente como verdadero todo lo que Dios ha revelado, porque ni puede engañarse ni engañarnos.

En el bautismo, Dios infunde la virtud de la fe en nuestra alma. Debemos desarrollarla y perfeccionarla con el continuo ejercicio.

La Iglesia nos enseña por sus representantes (el Papa, los Obispos y sus cooperadores los sacerdotes) lo que Dios ha revelado.

#### **347. ¿Para qué es necesaria la virtud de la fe?**

La virtud de la fe es necesaria para :

- 1) evitar el pecado,
- 2) la práctica de las virtudes, especialmente de la obediencia, de la paciencia en las cruces y trabajos y de la caridad fraterna,
- 3) hacer bien la oración y para recibir dignamente los sacramentos,
- 4) alcanzar la bienaventuranza.

La fe es — dice el santo Concilio de Trento — «el principio de la salvación del hombre, el fundamento y la raíz de toda justificación» (6 ses., cap. 8).

«Sin la fe es imposible agradar a Dios. Quien quiere venir a Dios debe creer que Él es, y que Él premia a los que le buscan» (Hebr 11, 6).

### **348. ¿Cómo debemos fomentar la virtud de la fe?**

Debemos fomentar la virtud de la fe:

- 1) excitando a menudo la fe viva,
- 2) estudiando y meditando a fondo las verdades de la fe,
- 3) acomodando la vida a la fe,
- 4) recibiendo, con espíritu de fe, las pruebas y trabajos lo mismo que los mandatos de los superiores y acontecimientos adversos de la vida,
- 5) evitando los peligros y desechando las dudas en materia de fe.

Es aconsejable empezar todas las oraciones, en especial las de mayor duración, con un acto de fe en presencia y bondad de Dios. Séanos preferida la jaculatoria: «Creo en Dios»; es la mejor iluminación para nuestro entendimiento y contiene los motivos más poderosos para obrar bien.

Dirijamos ante todo nuestra fe al Santísimo Sacramento del altar, este misterio de fe del que estamos tan cerca, pero que sólo con la fe viva podemos abrazar.

«La fe sin obras es muerta» (Iac 2, 17).

No se lean libros o periódicos impíos o incrédulos, y evítese el trato íntimo con personas sin fe o viciosas.

En dudas contra la fe, no es conveniente cavilar demasiado. No está prohibido reflexionar razonablemente sobre los misterios de la fe. Comuniquemos las dificultades particulares a personas bien instruídas en religión.

## **II. LA VIRTUD TEOLOGAL DE LA ESPERANZA**

### **349. ¿En qué consiste la virtud teologal de la esperanza?**

La virtud teologal de la esperanza consiste en esperar firmemente de Dios la bienaventuranza eterna y todo lo que nos es necesario o útil para alcanzarla, y esto

porque Él, todopoderoso, misericordioso y fiel, nos lo ha prometido así por los méritos de Jesucristo.

Ante todo debemos esperar que alcanzaremos el perdón de nuestros pecados y la gracia divina.

También podemos esperar de Dios los bienes temporales, en la medida que sirvan a la salud de nuestra alma.

Se comprende que debemos cooperar fielmente con la gracia de Dios.

«El Señor se complace en aquellos que ... confían en su misericordia» (Ps 146, 11).

La esperanza es fruto de la fe.

«Alegraos en la esperanza; sed sufridos en la tribulación» (Rom 12, 12).

El alma llena de esperanza inmovible está segura de su salvación eterna, afrontando, en consecuencia, todos los sufrimientos, avanzando con gran fervor por el camino de la virtud y rebosando santa alegría.

### **350. ¿Para qué nos es necesaria la virtud de la esperanza?**

Nos es necesaria la virtud de la esperanza para :

- 1) agradar a Dios,
- 2) mantener un fervor ardiente en la práctica del bien,
- 3) gozar ya ahora de los consuelos del cielo,
- 4) alcanzar la salud eterna.

### **351. ¿Cómo debemos esperar en Dios?**

Debemos esperar en Dios :

- 1) con toda confianza,
- 2) entregándonos resignadamente a su santa voluntad.

Debemos esperar en la misericordia divina aunque nuestros pecados sean innumerables y gravísimos. Por su esperanza abrióse el buen ladrón las puertas del paraíso, mientras moría en la cruz. A la esperanza en Dios debe ir unida la desconfianza en nosotros mismos.

### III. LA VIRTUD TEOLOGAL DE LA CARIDAD

#### A. El amor a Dios

#### 352. ¿Cuándo amamos a Dios?

Amamos a Dios cuando :

- 1) nos complacemos en Él.
- 2) le somos benévolos,
- 3) le preferimos a las criaturas.

Hay, pues, tres clases de amor: de complacencia, de benevolencia y de preferencia. Las tres clases están indisolublemente entrelazadas, hallándose cada una contenida en las otras.

Quien, verbigracia, se complace en Dios, desea también agradecerle, serle benevolente y le prefiere a todas las criaturas. Ejercitando, pues, una manera de amor, se practican asimismo las demás.

El amor es acto de la voluntad, no del sentimiento. No es necesario que experimentemos y sintamos como una afección sensible hacia Dios. Cierto que las mociones afectivas acrecientan el fervor de la devoción en la oración y tornan más fácil y amable el servicio de Dios. También pueden producir amor donde no hay verdadero amor. La mejor piedra de toque del amor son las obras y sacrificios.

Según sea el motivo de la afición, así se divide el amor en :

- a) imperfecto,
- b) perfecto.

#### 353. ¿Cuándo amamos a Dios imperfectamente?

Amamos a Dios imperfectamente cuando le amamos por nosotros mismos, esto es, porque nos hace felices.

Esta clase de amor pertenece más a la virtud de la esperanza. Es permitida y buena, pero está, sin embargo, por debajo del amor perfecto en valor y eficacia.

#### 354. ¿Quién ama a Dios perfectamente?

Ama a Dios perfectamente quien le ama firmemente más que a todas las cosas, porque es infinitamente bueno

y perfecto, y porque es nuestro padre amantísimo y nuestro mejor amigo.

Tres elementos tiene el amor perfecto:

a) la recta actividad del alma: debemos amar a Dios, esto es, complacernos en sus infinitas perfecciones, desearle todo bien y preferirle a todas las criaturas;

b) el motivo recto: debemos amarle porque es infinitamente perfecto e infinitamente bueno con nosotros;

c) y la debida intensidad: debemos amar a Dios sobre todas las cosas, esto es, estar prontos a perderlo todo antes que separarnos de Él por un pecado mortal.

El amor perfecto tiene muchos grados. En el grado inferior se halla el que quiere evitar sólo el pecado mortal, pero no, en cambio, el pecado venial. Debemos aspirar a crecer constantemente en el amor a Dios, trabajando por librarnos de los pecados veniales e imperfecciones.

### **355. ¿Por qué debemos ejercitarnos fervorosamente en el amor a Dios?**

Debemos ejercitarnos fervorosamente en el amor a Dios, porque:

- 1) es el primero y mayor mandamiento,
- 2) nos une íntimamente con Dios,
- 3) confiere a las demás virtudes todo su valor,
- 4) borra los pecados y la pena por ellos debida.

«Ahora permanecen estas tres virtudes: la fe, la esperanza y la caridad; pero de las tres la caridad es la más excelente de todas» (1 Cor 13, 13).

«La caridad es el vínculo de la perfección» (Col 3, 14).

«Amarás al Señor tu Dios de todo corazón y con toda tu alma y toda tu mente. Éste es el máximo y primer mandamiento» (Mt 22, 37-38).

El amor perfecto borra todos los pecados por muy graves y numerosos que sean y, como consecuencia, también la pena eterna. El infiel que ama a Dios perfectamente queda libre del pecado original.

Depende del grado de amor perfecto que al alma se le perdonen más o menos pecados veniales y las penas temporales debidas a ellos.

Quien ama a Dios perfectamente está también decidido a cumplir todos los mandamientos de Dios gravemente obligatorios, en especial a acusar todos los pecados mortales en la próxima confesión, aunque no es necesario el propósito expreso de hacerlo ni prometer ir a confesarse lo antes posible.

La contrición perfecta no es otra cosa que un arrepentimiento fundado en el perfecto amor a Dios.

Téngase en cuenta que en la confesión se debe excitar explícitamente el arrepentimiento, no bastando entonces un simple acto de amor a Dios.

San Pablo exalta la importancia de la caridad en el «sublime canto del amor»: «Aun cuando yo hablara todas las lenguas de los hombres y de los ángeles, si no tuviera caridad, sería como un metal que suena o campana que retiñe.

»Y aunque tuviera el don de profecía y penetrase todos los misterios y poseyese todas las ciencias; aunque tuviera toda la fe posible, de manera que trasladase de una a otra parte los montes, no teniendo caridad sería como nada.

»Aunque yo distribuyese todos mis bienes para el sustento de los pobres y aunque entregara mi cuerpo a las llamas, si la caridad me faltase, todo lo dicho no me serviría de nada» (1 Cor 13, 1-3).

El que vive cristianamente, evitando el pecado mortal, hace espontáneamente actos de caridad perfecta, cumpliendo de esta suerte «el primer y máximo mandamiento».

Procuremos contraer una buena costumbre que nos impela suave e irresistiblemente a hacer a menudo sinceros actos de amor perfecto, especialmente:

- a) en las tentaciones graves,
- b) después de cometida alguna falta,
- c) antes de recibir los Santos Sacramentos,
- d) antes de ganar las indulgencias plenarias,
- e) en peligro de muerte (también, por ejemplo, al estallar una tempestad, al empezar un viaje).

### **356. ¿Cómo alcanzaremos la virtud del amor a Dios?**

Alcanzaremos la virtud del amor a Dios:

- 1) meditando con frecuencia en la perfección y bondad de Dios,

- 2) pidiendo a menudo su santo amor,
- 3) ejercitándonos diligentemente en este santo amor.

Lo que no se conoce no se ama.

Cuán digno es Dios de ser amado lo conoceremos con suma facilidad meditando los atributos de Dios, los acerbos dolores de Jesucristo y el misterio del Santísimo Sacramento.

«Dame tu amor y tu gracia, ello me basta, nada más pido»  
(SAN IGNACIO).

### **357. ¿Cómo debemos demostrar a Dios nuestro amor?**

Debemos demostrar a Dios nuestro amor:

- 1) evitando el pecado y cumpliendo estrictamente los mandamientos,
- 2) con la paciencia en las cruces y sufrimientos,
- 3) con numerosos y ardientes actos de amor,
- 4) con frecuentes obras de amor al prójimo.

## **B. La caridad fraterna**

### **358. ¿Quién practica la virtud de la caridad fraterna?**

Practica la virtud de la caridad fraterna el que ama al prójimo como a sí mismo, por amor a Dios.

Nuestro prójimo es cualquier hombre, amigo o enemigo: «Amad a vuestros enemigos; haced bien a los que os aborrecen y orad por los que os persiguen y calumnian» (Mt 5, 44).

«Por amor a Dios», esto es, porque Dios lo manda y porque todos los hombres están tan estrechamente relacionados con Él.

El que ama a su prójimo solamente por sus cualidades físicas, de espíritu o de carácter, no le ama cristianamente.

El que le ama por su exclusivo provecho o baja sensualidad, comete además un pecado.

«Como a sí mismo», esto es, según el dicho: «lo que no quieras que te hagan, no lo hagas tú a otro, y lo que quieras que te hagan hazlo tú a los demás».

### **359. ¿Por qué debemos amar a todos los hombres?**

Debemos amar a todos los hombres. porque :

- 1) todos son hijos de Dios,
- 2) han sido redimidos por la sangre de Cristo,
- 3) un día debemos vivir todos en el cielo en eterna amistad.

El amor al prójimo está, pues, inseparablemente unido al amor a Dios. Y es, por tanto, de una trascendencia fundamental para aspirar a la perfección. Las faltas cometidas conscientemente contra esta virtud, como la sospecha y el juicio temerarios, rencor, pensamientos de venganza, palabras y gestos ofensivos son graves impedimentos para el progreso espiritual.

Jesús nos ha dado un magnífico ejemplo de amor al prójimo y ha colocado el mandamiento del amor al prójimo a la misma altura que el mandamiento del amor a Dios, diciendo: «Éste es mi mandamiento, que os améis los unos a los otros como yo os he amado» (Ioh 15, 12). «Por aquí conocerán todos que sois mis discípulos, si os amáis los unos a los otros» (Ioh 13, 35).

«Quien ama al prójimo tiene cumplida la ley» (Rom 13, 8).

Las familias y comunidades religiosas en las que florece el amor, son un paraíso; aquellas en que el amor falta, un infierno.

### **360. ¿Cómo debemos amar al prójimo?**

Debemos amar al prójimo :

- 1) de pensamiento, estimándole, deseándole sinceramente el bien, demostrándole benevolencia, participando de sus alegrías y tristezas, juzgándolo indulgentemente, sufriendole con paciencia y perdonándole con generosidad,
- 2) de palabra, hablándole amablemente, hablando bien de él y callando discretamente sus faltas.
- 3) de obra, practicando las obras de misericordia corporales y espirituales.

San Pablo enumera las siguientes propiedades y obras de la caridad fraterna: «La caridad es sufrida, es dulce y bienhechora; la caridad no tiene envidia, no obra precipitada ni te-

merariamente, no se ensoberbece, no es ambiciosa, no se irrita, no piensa mal, no se huelga de la injusticia, complácese en la verdad, a todo se acomoda, cree en todo, todo lo espera y lo soporta todo» (1 Cor 13, 4-7).

La caridad en pensamientos es más importante de lo que creen muchas personas, por otra parte bienintencionadas. Las faltas contrarias son un impedimento no pequeño para el progreso espiritual.

Las almas dadas a la vida espiritual que con facilidad y a menudo pecan de palabra contra la caridad fraterna, deben seramente considerar el descrédito que con su proceder arrojan sobre la vida de piedad.

Quitarle a uno la fama, publicando sus faltas, es muchas veces como si se le hiciera perder por largos años la alegría del vivir y hasta su patria y profesión.

Las obras corporales de misericordia son las siguientes: 1) Visitar a los enfermos. 2) Dar de comer al hambriento. 3) Dar de beber al sediento. 4) Redimir al cautivo. 5) Vestir al desnudo. 6) Dar posada al peregrino. 7) Enterrar a los muertos.

Estas obras son, en los tiempos presentes, de una urgencia pavorosa. Debemos ver en esta miseria de hoy, tan grande y universal, un llamamiento especial de Dios a practicar, de modo singularísimo, con nuestros semejantes las obras de misericordia.

Las obras espirituales de misericordia son las siguientes:

1) Enseñar al que no sabe. 2) Dar buen consejo al que lo ha de menester. 3) Corregir al que yerra. 4) Perdonar las injurias. 5) Consolar al triste. 6) Sufrir con paciencia las flaquezas de nuestros prójimos. 7) Rogar a Dios por vivos y muertos.

Debemos ayudar con la oración, sacrificio, indulgencias y de modo especial celebrando u oyendo la santa Misa, a las almas benditas, que son también prójimos nuestros.

En la sentencia del juicio final, el justo Juez tendrá en cuenta, al pronunciarla, las obras corporales de misericordia (Mt 25, 34-46).

### **361. ¿Qué orden debemos observar en la caridad fraterna?**

Debemos amar al prójimo de tal manera que:

1) no descuidemos ni perjudiquemos nuestro propio bien espiritual,

2) prefiramos el bien espiritual del prójimo a nuestro bien material,

3) prefiramos, según las circunstancias, el bien material del prójimo al bien material propio,

4) amemos más a los que tenemos más cerca: parientes, hermanos en religión, amigos, bienhechores, hermanos en la fe.

No es lícito cometer un pecado o poner en peligro la salud del alma para ayudar al prójimo espiritual o materialmente. Esto va contra el amor bien ordenado de sí mismo.

Por el contrario, quien coloca prudentemente el bien del prójimo por encima del propio, practica la caridad fraterna en grado heroico. San Pablo exhorta a los Gálatas a «hacer el bien a todos, especialmente a los domésticos de la fe» (Gal 6, 10).

### **362. ¿Cómo deben cooperar los no sacerdotes a la salvación de las almas?**

Los no sacerdotes deben cooperar a la salvación de las almas:

1) con la oración, el buen ejemplo y cariñosas exhortaciones,

2) ayudando de múltiples maneras a los sacerdotes en su ministerio,

3) reconciliando a los enemigos y precaviendo los escándalos.

Todo debe hacerse con tacto, amor desinteresado y subordinación a las autoridades eclesiásticas.

Un justo puede hacer penitencia por mil pecadores.

### **363. ¿Por qué debemos socorrer caritativamente a los enfermos?**

Debemos socorrer caritativamente a los enfermos, porque:

1) necesitan ayuda especial,

2) nos estimula a ello Jesucristo con su mandato y su ejemplo.

El cuidado de los enfermos pertenece a las obras corporales de misericordia, cuya práctica será la que sirva para decidir en el último juicio entre el cielo y el infierno.

«Lo que hicisteis con el más pequeño de mis hermanos, conmigo lo hicisteis. Lo que no hicisteis al más pequeño de mis hermanos, dejasteis de hacerlo conmigo» (Mt 25, 40 y 45).

Al cuidar a un enfermo, atiéndase a su bien espiritual, procurando prudentemente que reciba en tiempo oportuno los últimos sacramentos.

### **C. La perfecta conformidad con la voluntad de Dios**

#### **364. ¿Quién se conforma perfectamente con la voluntad de Dios?**

Se conforma perfectamente con la voluntad de Dios el que no quiere más que lo que la santa voluntad de Dios dispone de él y sobre él.

#### **365. ¿Para qué es necesaria esta conformidad?**

Es necesaria esta conformidad para :

- 1) asemejarnos a Jesús,
- 2) alcanzar rápidamente la perfección,
- 3) gozar de inalterable paz interior.

El santo amor a Dios es la fuente y, al mismo tiempo, el fruto de la perfecta conformidad con la voluntad divina.

Jesús confiesa de sí mismo: «Yo he venido del cielo no a hacer mi voluntad, sino la voluntad de Aquel que me ha enviado» (Ioh 6, 38).

«El que hace la voluntad de mi Padre, que está en los cielos, éste es mi hermano, hermana, madre» (Mt 12, 50).

Nada sucede que no esté dispuesto o permitido por Dios. Él sabe qué es lo que más nos conviene y sabe transformar el mal en bien.

**366. ¿En qué casos más particularmente debemos conformarnos con la voluntad de Dios?**

Debemos más particularmente conformarnos con la voluntad de Dios en:

- 1) los sufrimientos y calamidades privadas y públicas,
- 2) la sequedad y abandono espirituales,
- 3) los sacrificios que exige la obediencia.

**367. ¿Cómo se alcanza la conformidad con la voluntad de Dios?**

Se alcanza la conformidad con la voluntad de Dios:

- 1) meditando a menudo en la sabiduría, poder y bondad de Dios,
- 2) negando cada vez más el propio yo,
- 3) obedeciendo puntualmente.

## *Capítulo décimoquinto*

### EL ESTADO RELIGIOSO

#### I. FIN Y EXCELENCIA DEL ESTADO RELIGIOSO

#### **368. ¿Cuál es el fin primordial del estado religioso?**

El fin primordial del estado religioso es guiar a sus miembros a la perfección cristiana, esto es, colocarlos en disposición de amar a Dios de todo corazón sobre todas las cosas, y al prójimo como a sí mismo.

#### **369. ¿Con qué medios especiales trata el estado religioso de alcanzar este fin?**

El estado religioso trata de alcanzar este fin:

1) obligando a sus miembros a observar de por vida los tres consejos evangélicos: pobreza, castidad, obediencia,

2) defendiéndolos de los máximos peligros, y apartando los impedimentos que hay en el camino del servicio perfecto a Dios.

Además de esto, el estado religioso ofrece a sus miembros excelente oportunidad de aplicar fácilmente, a menudo y con fruto, los medios generales para la perfección, por ejemplo, los ejercicios de piedad y recepción de los Santos Sacramentos.

**370. ¿Cuáles son los peligros y obstáculos máximos que se oponen al perfecto servicio a Dios?**

Los máximos peligros y obstáculos que se oponen al perfecto servicio a Dios son:

- 1) la concupiscencia de los ojos, la concupiscencia de la carne y la soberbia de la vida;
- 2) la voluntad propia, los malos ejemplos, los cuidados mundanales y la ceguera espiritual.

Contra la concupiscencia de los ojos (codicia) va el voto de pobreza, contra la concupiscencia de la carne el voto de castidad, y el voto de obediencia contra la soberbia de la vida.

**371. ¿Por qué el estado religioso es el más excelente?**

El estado religioso es el más excelente porque:

- 1) persigue el fin más sublime: la perfección,
- 2) posee los mejores medios para alcanzarlo.

También los simples fieles deben aspirar a la perfección, pero a consecuencia de los muchos cuidados y peligros les es más difícil alcanzarla que a los religiosos.

**372. ¿De qué ventajas sobrenaturales se goza en el estado religioso?**

En el estado religioso se goza de las siguientes ventajas sobrenaturales:

- 1) se está más seguro de la salvación,
- 2) se reciben incesantemente muchas gracias,
- 3) se hace más penitencia de los pecados pasados,
- 4) se ven de continuo buenos ejemplos,
- 5) se conoce mejor la voluntad de Dios,
- 6) se posee la verdadera e imperturbable paz del corazón,
- 7) se merece un mayor galardón en los cielos.

Naturalmente, de estas ventajas solamente participan los religiosos fervorosos.

La vocación religiosa es una de las mayores gracias que Dios se sirve conceder al hombre.

Puede perderse la vocación, y sucede esto principalmente cuando no se vive de conformidad con ella, sino que se lleva una vida de tibieza espiritual.

### **373. ¿De qué ventajas naturales se goza en el estado religioso?**

En el estado religioso se goza de las siguientes ventajas:

1) se está libre de innumerables cuidados y preocupaciones terrenas,

2) se dispone de lo necesario en medida suficiente para las necesidades de la vida.

3) se tienen padres y hermanos en los superiores y compañeros.

Pedro, tomando entonces la palabra, dijo a Jesús: «he aquí que nosotros lo hemos dejado todo y te hemos seguido. Jesús respondió: en verdad os digo que no hay nadie que habiendo dejado casa, o hermanos, o hermanas, o padre, o madre, o hijos, o herederos por amor a mí y al Evangelio, no reciba el centuplo ahora en este tiempo — aun en medio de persecuciones — en casas, hermanos, hermanas, madres e hijos y campos, y la vida eterna en el siglo venidero» (Mc 10, 28-31).

### **374. ¿Qué provecho y ventajas espirituales proporcionan las Órdenes religiosas a la Iglesia y al mundo?**

Las Órdenes religiosas proporcionan a la Iglesia y al mundo el provecho y las ventajas sobrenaturales siguientes:

1) atraen las gracias de Dios con su plegaria permanente y constantes penitencias,

2) enfervorizan a los fieles, celebrando solemnemente el culto divino, predicando y administrando los sacramentos,

3) edifican a los fieles con el buen ejemplo,

4) trabajan para la propagación de la fe cristiana, con las misiones en tierras de infieles.

Cada religioso o religiosa debe contribuir por su parte a que su Orden produzca estos frutos en bien de la Iglesia y del mundo.

### **375. ¿Qué provecho material proporcionan las Órdenes religiosas a la Iglesia y al mundo?**

Las Órdenes religiosas proporcionan a la Iglesia y al mundo el provecho material siguiente:

1) practican muchas obras de misericordia corporales y espirituales,

2) cultivan el arte, la ciencia y fomentan la cultura.

En tiempos pasados se hicieron las Órdenes religiosas muy beneméritas roturando y cultivando tierras yermas.

## **II. LA VOCACIÓN AL ESTADO RELIGIOSO**

### **376. ¿Quién tiene vocación religiosa?**

Tiene vocación religiosa el que:

1) posee las cualidades físicas, intelectuales y morales para ello requeridas,

2) está decidido a los sacrificios necesarios,

3) es recibido por los superiores religiosos.

Los enfermos o de constitución enfermiza no pueden por regla general ser admitidos.

Si la enfermedad aparece o se desarrolla después de la profesión, aunque la profesión religiosa sea temporal, no puede

el interesado ser despedido, salvo si la hubiere ocultado dolosamente al ingresar.

Las cualidades intelectuales deben ser suficientes para cumplir de modo debido las obligaciones de la Orden y de la profesión.

Las cualidades morales del candidato deben ser de tal naturaleza que, ya religioso, el cumplimiento de sus deberes no le resulte un continuo acto de heroico sacrificio. Séase muy cauto con los que experimentan extraordinaria dificultad en soportar la vida común o en guardar la castidad.

Una inclinación natural a la vida del convento no es de suyo un indicio cierto de vocación. Se le puede considerar, sin embargo, como clara llamada de Dios, si es afectuosa, fuerte, constante y se dan además en el sujeto las otras condiciones requeridas.

Trascendencia suma tiene para discernir la vocación, la intención por la que se abraza la vida religiosa.

### **377. ¿Con qué intenciones se puede y se debe abrazar la vida religiosa?**

Se puede y se debe abrazar la vida religiosa para :

- 1) servir perfectamente a Dios,
- 2) hacer penitencia de los pecados pasados,
- 3) escapar con más seguridad a la condenación eterna,
- 4) obtener mayor premio en el cielo,
- 5) poder contribuir más al bien temporal y eterno del prójimo.

Importa mucho que el religioso tenga ante sus ojos a qué ha venido al convento. Ante todo debe estar persuadido de que su tarea primordial es hacerse santo.

San Bernardo se preguntaba muchas veces: «Bernardo, Bernardo, ¿a qué has venido?»

El candidato a la Orden franciscana pide de rodillas ante el prelado, al hacer la profesión simple y solemne, que le admitan en la Orden «para hacer penitencia, mejorar la vida y servir fielmente a Dios hasta la muerte».

### **378. ¿Con qué intenciones no se debe entrar en religión?**

No se debe entrar en religión con intenciones puramente naturales y terrenas.

Tales son:

- a) la falta de medios o de diligencia para prosperar en el mundo,
- b) las amenazas indebidas de los padres,
- c) el designio de vivir en el convento «bien proveído»,
- d) la esperanza de una vida cómoda y agradable,
- e) el miedo al ridículo o de disgustar a los padres, caso de volver al mundo.

### **379. ¿Qué debe hacer el que haya entrado en el convento por alguno de estos motivos, indebidos o insuficientes?**

Quien haya entrado en el convento por alguno de estos motivos, indebidos o insuficientes, debe rectificar este motivo transformándolo en agradable a Dios.

El que no quiere o no puede hacerlo, debe volver al mundo.

### **380. ¿Por qué se puede perder la vocación religiosa?**

Se puede perder la vocación religiosa por una vida tibia o pecaminosa, especialmente por:

- 1) decaimiento en la vida de piedad,
- 2) faltas contra la obediencia,
- 3) quebrantamiento de la caridad fraterna,
- 4) faltas contra la pureza,
- 5) falta de sinceridad.

La pérdida de la vocación religiosa se acusa en que ya no se goza habitualmente la vida del convento, que el trabajo y el cumplimiento del deber se convierten en pesada carga y se añoran las alegrías mundanales.

Puede recobrase la vocación perdida con la gracia de Dios, redoblando el fervor en la vida de piedad y el cumplimiento de los deberes, y removiendo las faltas que condujeron a perderla.

### III. OBLIGACIÓN DE ASPIRAR A LA PERFECCIÓN

#### **381. ¿En qué grado están obligados a la perfección los religiosos?**

Los religiosos :

- 1) no están obligados a ser perfectos,
- 2) están obligados a tender a la perfección, y esto, bajo pena de pecado grave, si no lo cumplen.

El estado religioso es, pues, el estado de los que aspiran a la perfección.

Esta aspiración es la obligación peculiar del religioso. Cumple con ella quien se esfuerza en observar los votos y vivir según la regla propia.

A los religiosos especialmente se dirige Jesús al decir: «Sed perfectos como perfecto es vuestro Padre celestial» (Mt 5, 48).

#### **382. ¿Por qué debe el religioso cumplir con diligencia su deber de aspirar a la perfección?**

El religioso debe cumplir con diligencia su obligación de aspirar a la perfección, porque:

- 1) Dios le ha elegido de modo particular para ello,
- 2) le ha dado a su Hijo Unigénito como especial modelo,
- 3) le ha concedido amparo seguro contra los peligros de su salvación y medios copiosos para obrar bien,
- 4) recompensa su fervor con profunda paz del corazón y luego con el galardón excelso del cielo.

«Mi yugo es suave y mi carga ligera» (Mt 11, 30).

La aspiración fervorosa a la perfección lleva anejas otras ventajas temporales: salud y vida largas, honor y estima de los hombres, éxito en obras benéficas.

Los hijos del mundo deben soportar con frecuencia, por servir a la carne, sacrificios mucho mayores que los religiosos en el servicio de Dios.

### **383. ¿Quién es tibio en aspirar a la perfección?**

Es tibio en aspirar a la perfección el que, aunque se guarda de cometer pecados mortales, no hace caso de los veniales, ni emplea los medios que conducen a la perfección.

La tibieza puede:

- a) durar un tiempo más o menos largo,
- b) referirse a muchos o pocos mandamientos y medios,
- c) ser más o menos voluntaria y profunda.

Comete pecado mortal el religioso que durante largo tiempo descuida voluntariamente el utilizar la mayor parte de los medios de perfección.

### **384. ¿Por qué es tan peligrosa la tibieza?**

La tibieza es tan peligrosa, porque el tibio:

- 1) no reconoce en la mayoría de los casos lo crítico de su situación,
- 2) difícilmente vuelve a una vida de fervor,
- 3) cae con facilidad en pecados mortales y, por último, en el endurecimiento del corazón.

El tibio se hace reo del pecado de ingratitud respecto a Dios, al despreciar las copiosas gracias que le son concedidas. Dios se aparta de él, escatimándole gracias especiales.

Dios apostrofa al tibio: «Conozco bien tus obras, que ni eres frío ni caliente; ¡ojalá fueras frío o caliente! Mas por cuanto eres tibio y no frío ni caliente, estoy para vomitarte de mi boca» (Apoc 3, 15-16).

El religioso tibio es semejante a la higuera infructuosa de la que cuenta el Santo Evangelio que durante tres años esperó fruto el dueño de la viña, sin encontrarlo. Por ello mandó al hortelano: «¡Arráncala! ¿Para qué ha de ocupar terreno en balde?» (Lc 13, 6-9).

**385. ¿Quién tiene un criterio demasiado riguroso sobre lo que es aspirar a la perfección?**

Tiene un criterio demasiado riguroso sobre lo que es aspirar a la perfección el que opina que:

- 1) todo va muy mal si, por flaqueza humana, se apaga algún tanto el fervor,
- 2) se debe ejercitar incesantemente en ejercicios piadosos.

Así como el que quiere aprender un arte no necesita ejercitarse en él sin interrupción, así tampoco es menester que un religioso esté siempre haciendo actos de piedad. Además, es imposible que esto dure mucho.

**386. ¿Quién tiene un criterio demasiado liberal sobre lo que es aspirar a la perfección?**

Tiene un criterio demasiado liberal sobre lo que es aspirar a la perfección quien opina que:

- 1) no tiene mayor importancia el cometer pecados veniales, pues sólo el pecado mortal impide la perfección,
- 2) es lícito darse por contento cuando se ha logrado un determinado grado de perfección, no siendo necesario aspirar a más.

Estos criterios son directamente peligrosos. Pararse en el camino de la virtud, es retroceder.

**387. ¿Qué reglas hay que tener presentes en cuanto a las obras supererogatorias?**

En cuanto a las obras supererogatorias hay que tener presentes las siguientes reglas:

- 1) El religioso no está obligado a todos los ejercicios de perfección que pueda hacer, sino sólo a los prescritos en sus reglas.

2) Haga el religioso, según su fervor le dicte, obras de piedad supererogatorias, fortaleciendo y acrecentando de esta guisa paulatinamente sus anhelos de perfección.

3) Persuádase de que hacer estrictamente lo indispensable es pecaminoso y demuestra pereza espiritual.

Obras supererogatorias son aquellas a las que no se está obligado por los mandamientos ni por las constituciones de la Orden; así, por ejemplo, el cumplimiento de determinados actos privados de piedad, mortificaciones en la mesa y en otras ocasiones, aceptación de tareas no mandadas.

En la práctica de tales obras séase fervoroso, mas al mismo tiempo prudente, dejándose aconsejar por el superior o confesor.

## *Capítulo décimosexto*

# LOS VOTOS RELIGIOSOS Y LAS REGLAS DE LA ORDEN

## I. LOS VOTOS RELIGIOSOS EN GENERAL

### **388. ¿Qué es voto?**

Voto es una promesa hecha a Dios de una obra buena con entero conocimiento y libre voluntad, obligándose bajo pecado.

El que promete debe saber exactamente a qué se obliga.

Un simple propósito o promesa no es un voto.

La obra buena prometida debe ser más agradable a Dios que su contraria.

Puede uno obligarse a un voto bajo pena de pecado venial o mortal; lo último, sólo cuando se trate de materia proporcionalmente importante.

### **389. ¿Cuáles son los efectos del voto?**

Los efectos del voto son los siguientes:

1) el que lo cumple practica la virtud de la religión, la más excelente de las virtudes morales,

2) el que lo quebranta comete sacrilegio.

El que cumple un voto tiene doble mérito:

a) el mérito de la virtud a la que pertenece la obra, por ejemplo, el mérito de la caridad fraterna si se da limosna cumpliendo un voto,

b) el mérito de la virtud de la religión en fuerza del voto.

Por lo que mira al quebrantamiento del voto, sucede lo siguiente:

a) si la obra prometida no está mandada en sí misma bajo pena de pecado (por ejemplo, si se trata de hacer una peregrinación), se comete solamente un pecado: el de sacrilegio;

b) si, por el contrario, ya está mandada (por ejemplo la salvaguardia de la castidad) se comete, quebrantando el voto, un doble pecado: en primer lugar contra el mandamiento correspondiente (en nuestro caso contra el sexto mandamiento), y en segundo lugar un pecado de violación del voto (sacrilegio).

### **390. ¿Cuáles son los votos religiosos?**

Los votos religiosos son los de pobreza, castidad y obediencia.

Muchas Órdenes hacen un cuarto voto; por ejemplo, el de ir a misiones en determinados casos o asistir a enfermos.

### **391. ¿Cómo se dividen los votos religiosos?**

Se dividen en:

- 1) privados y públicos,
- 2) simples y solemnes; los simples pueden ser temporales o perpetuos.

Públicos son los votos aceptados en nombre de la Iglesia por el superior competente. Muchas congregaciones religiosas no tienen votos públicos.

Solemne es el voto reconocido como tal por la Iglesia. Todos los demás son simples.

El voto solemne se distingue del simple no en su esencia, sino por determinados efectos:

a) los votos solemnes no sólo hacen ilícitos, sino también inválidos los actos contrarios. Los votos simples, en cambio, solamente los hacen ilícitos, mas no inválidos. Esto vale principalmente en relación al matrimonio y a la facultad de adquirir y poseer;

b) los votos solemnes ligan a los religiosos más estrechamente a su Orden. De aquí que la expulsión de un profeso de votos solemnes sea de ordinario más difícil. La Iglesia dispensa de los votos solemnes sólo por razones gravísimas.

### **392. ¿Cómo obligan los votos religiosos?**

Los votos religiosos obligan en sí mismos bajo pena de pecado mortal.

Por tanto no puede tenerse, al hacerlos, la intención de obligarse a los votos religiosos sólo bajo pena de pecado venial.

Faltar contra un voto religioso es pecado venial cuando se trata de materia leve o no hay suficiente advertencia o consentimiento pleno.

Por lo demás, el cumplimiento de los votos varía de Orden a Orden, especialmente en cuanto a los votos de pobreza y obediencia. Aclaraciones pormenorizadas se hallarán en las reglas de las respectivas Órdenes.

### **393. ¿Por qué deben los religiosos observar fielmente sus votos?**

El religioso debe observar fielmente sus votos, porque, de esta suerte, su vida será :

- 1) un acto ininterrumpido de la virtud de la religión, y un permanente martirio espiritual,
- 2) una fuente de inmensos beneficios para sí mismo, para la Iglesia y para la humanidad entera.

El martirio de la vida religiosa no es inferior al de sangre, pues le gana en duración.

El religioso fervoroso puede tener la confianza de subir al cielo sin pasar por el purgatorio.

El religioso debe ser más fervoroso después de la profesión que antes; y más de profeso solemne que de profeso simple.

El religioso que olvida sus deberes es un lamentable mártir del demonio.

## II. LA OBEDIENCIA RELIGIOSA

### A. La obediencia a los superiores

#### 394. ¿Por qué está el religioso obligado a obedecer?

El religioso está obligado a obedecer en virtud del:

- 1) cuarto mandamiento,
- 2) voto de obediencia.

#### 395. ¿A qué está obligado el religioso en virtud del cuarto mandamiento?

El religioso está obligado en virtud del cuarto mandamiento a demostrar respeto, amor y obediencia a los superiores.

El cuarto mandamiento abraza no sólo lo que está mandado o prohibido, sino también el perfecto cumplimiento de la obediencia.

Los superiores ocupan en relación a sus súbditos una posición semejante a la de los padres para con sus hijos.

El cuarto mandamiento impone la obligación de obedecer:

- a) a todos los súbditos, aun cuando no hayan profesado,
- b) todos los mandatos, aun aquellos que no son impuestos en fuerza del voto, o a los deseos y ruegos del superior,
- c) a todos los superiores, aun a aquellos que no pueden mandar en fuerza del voto (por ejemplo, representante del superior, maestro de novicios y postulantes),
- d) los mandatos de las reglas, constituciones, reglamentos y horarios,
- e) no sólo en lo que mira al cumplimiento externo del mandato, sino también en lo que concierne al sentimiento interno de respeto y docilidad.

#### 396. ¿A qué obliga el voto de obediencia?

El voto de obediencia obliga al religioso a obedecer a sus superiores legítimos en todo lo que manden, según las reglas y constituciones.

En fuerza del voto, sólo pueden mandar los superiores en sentido estricto (general, provincial y superior local).

Bajo el voto cae sólo lo que estos superiores mandan o prohíben expresamente en fuerza del voto, con éstas o parecidas palabras: «por santa obediencia», «en nombre de Cristo».

Lo que es abiertamente malo o contrario a las reglas, no puede mandarse.

La potestad de mandar de los superiores varía mucho de una Orden a otra.

### **397. ¿Qué grados tiene la obediencia?**

En la obediencia se distinguen tres grados:

1) obediencia de ejecución, que consiste en cumplir puntualmente y sin réplica lo que el superior manda:

2) obediencia de voluntad, que consiste en cumplir con prontitud interior el mandato del superior;

3) obediencia de entendimiento, que consiste en juzgar lo mandado como bueno, o por lo menos en juzgar como bueno el cumplimiento de las órdenes del superior.

Practica la virtud de la obediencia solamente el que cumple los mandatos no sólo externamente, sino también con sumisión del entendimiento y prontitud de voluntad.

Se dice que la obediencia es ciega cuando se mira lo mandado no con los ojos de la carne, sino de la fe.

Siempre es bueno obedecer al superior con tal que no haya en lo mandado nada claramente pecaminoso.

### **398. ¿Cómo deben obedecer los religiosos?**

Los religiosos deben obedecer:

1) voluntaria y alegremente, esto es, al simple deseo manifestado, sin murmurar ni impacientarse,

2) prontamente, esto es, sin remolonear ni retrasarse,

3) filial y sencillamente, esto es, sin investigar la causa ni la justicia del mandato.

4) humildemente, esto es, sin objetar que lo mandado es fácil o difícil, honroso o insignificante,

5) diligente y concienzudamente, esto es, cumpliendo a la perfección lo ordenado.

La médula de la obediencia debe ser el espíritu de fe que ve en el superior al representante de Dios.

La obediencia debe asimismo ir entrelazada con la prudencia.

### **399. ¿Por qué debe obedecer perfectamente el religioso?**

El religioso debe obedecer perfectamente, porque:

- 1) ofrece a Dios el sacrificio más agradable,
- 2) está seguro de hacer siempre la voluntad de Dios.
- 3) aumenta el valor y el mérito de todas sus obras.
- 4) está defendido del propio engaño y de las tentaciones de Satanás,
- 5) se enfervoriza y fortalece para el bien,
- 6) conserva la paz del corazón, y contribuye al mantenimiento de la paz de la comunidad,
- 7) se asemeja de modo especial a Jesús.

«El obediente cantará victoria» (Prov. 21, 28).

San Lucas condensa la vida oculta de Jesús en estas palabras: «Estaba sujeto a ellos» (Lc 2, 51). San Pablo dice de Jesucristo: «Cristo se hizo obediente hasta la muerte, y muerte de cruz» (Phil 2, 8).

### **400. ¿Cuándo peca el religioso contra la obediencia?**

El religioso peca contra la obediencia:

- 1) desobedeciendo u obedeciendo mal, por efecto de una inclinación desordenada (por ejemplo, sensualidad, pereza, orgullo, disipación, respeto humano),
- 2) alimentando deliberadamente prevención y antipatía contra el superior, y criticando su persona o sus mandatos,

3) alejando, por medios no lícitos, los encargos desagradables. o procurándose los agradables.

Cuando los superiores mandan, no pretenden de ordinario obligar bajo pena de pecado, sino advierten expresamente lo contrario. Sin embargo, el que no obedece sin motivo suficiente, peca porque la desobediencia casi siempre procede de una pasión desordenada y a menudo produce escándalo.

Los pecados de desobediencia son por lo general veniales.

No hacer caso, sin motivo razonable, de los deseos y ruegos del superior, va contra el espíritu de obediencia.

No merece el apelativo de religioso quien se porta de suerte que el superior no osa, para evitar mayores males, señalarle una tarea.

#### **401. ¿Cuándo peca el religioso mortalmente contra la obediencia?**

El religioso peca mortalmente contra la obediencia cuando :

1) no cumple un mandato que se le ha dado en fuerza del voto en materia grave,

2) no obedece por puro desprecio a la autoridad,

3) prevé que de su desobediencia seguirá grave escándalo u otras malas consecuencias.

El desprecio a la autoridad es un pecado grave. Aun en aquellos casos en que no medie el voto de obediencia entre el inferior y el superior.

### **B. Obediencia a las reglas y las constituciones**

#### **402. ¿Cómo obligan las reglas y las constituciones?**

Las reglas y las constituciones no obligan generalmente bajo pena de pecado, y sí sólo a someterse a la pena por el incumplimiento de una prescripción.

Hay Órdenes cuyas reglas y constituciones obligan en algunos puntos bajo pena de pecado leve o mortal, según los casos.

#### **403. ¿Cómo debemos observar las santas reglas?**

Debemos observar las santas reglas :

- 1) por amor a Dios,
- 2) fiel y puntualmente,
- 3) según el espíritu del fundador de la Orden.

Nada de lo que se relaciona con el servicio a Dios y cumplimiento de su santa voluntad es pequeño.

La regla de cada Orden dirige al alma a una determinada forma de perfección. Esa forma, peculiar de su Orden, es la que debe tratar de alcanzar el religioso. La aspiración a la perfección tiene matices algún tanto diversos, según se trate de un benedictino, franciscano o jesuíta ; otro tanto sucede según se trate de una religiosa dedicada a la enseñanza, o de otra que tiene la obligación de cuidar enfermos.

#### **404. ¿Por qué debemos observar con fidelidad las reglas?**

Debemos observar las reglas con fidelidad porque :

- 1) es voluntad de Dios,
- 2) de ello depende nuestro progreso en la virtud y nuestra verdadera felicidad,
- 3) lo pide el bien de la Orden.

Por esta razón, no se pidan sin una necesidad urgente dispensas de las prescripciones de las reglas (asistencia a los actos de comunidad, prohibición de fumar, etc.). Los sacrificios especiales que el cumplimiento de las reglas nos impone tienen un valor más elevado.

La multiplicación de dispensas injustificadas señala la decadencia de la disciplina. Cuando en una Orden no reina evidente interés por asistir a los actos de comunidad, no palpita tampoco en sus individuos el verdadero amor y el buen espíritu de la Orden.

Hállanse en el peligroso camino del error los religiosos que hacen a su arbitrio oraciones y penitencias supererogatorias, y por otra parte no observan con fidelidad sus reglas y constituciones.

#### **405. ¿Cuándo comete el religioso pecado contra sus reglas?**

Peca contra sus reglas el religioso cuando :

1) las infringe movido por una pasión (como serían la sensualidad, la pereza, la negligencia, el respeto humano),

2) su falta produce escándalo y pone en peligro la disciplina religiosa.

El que quebranta las reglas sin motivo suficiente, comete por lo menos una imperfección, privándose de muchas gracias.

No observar una prescripción con motivo justificado, no es pecado. Por ejemplo, no peca el que rompe el silencio u omite un acto de comunidad porque así lo exige la caridad fraterna.

El religioso comete pecado mortal contra las reglas cuando :

a) no se esfuerza deliberadamente y por costumbre en cumplir prescripciones graves de la misma, ni quiere renunciar a esta costumbre,

b) con su mal ejemplo, relaja notablemente la disciplina,

c) quebranta las reglas por puro desprecio.

En el primer caso, abandona gravemente el deber de atender a la perfección, en el segundo comete grave injusticia contra su Orden, y en el tercero incurre en pecado mortal contra el cuarto mandamiento.

Los superiores están obligados, bajo pena de pecado mortal, a procurar el mantenimiento de la disciplina. Para el desempeño de esta grave incumbencia es necesaria mucha prudencia sobrenatural, profundo sentido de la justicia, paciencia inalterable, constancia inmovible, y, no en último término, el buen ejemplo del mismo superior.

### **III. LA POBREZA RELIGIOSA**

#### **406. ¿Por qué está obligado el religioso a la pobreza?**

El religioso está obligado a la pobreza por :

1) el deber que tiene de practicar la virtud,

2) su voto de pobreza.

Todo cristiano tiene obligación de practicar, según su posición, la virtud de la pobreza; con más razón, el religioso que por su estado debe tender a la perfección.

#### **407. ¿Qué exige del religioso la virtud de la pobreza?**

La virtud de la pobreza exige del religioso que libre su corazón del apego desordenado a los bienes materiales, en especial que:

- 1) no use cosas superfluas o preciosas en relación a su estado,
- 2) tenga el ánimo pronto para sufrir, de vez en cuando, la carencia incluso de las cosas necesarias.

#### **408. ¿A qué renuncia el religioso por el voto de pobreza?**

El religioso renuncia por el voto de pobreza al derecho de:

- 1) poseer bienes personalmente,
- 2) usar el dinero y los demás bienes sin permiso del superior.

Así ocurre de ordinario si se trata del voto solemne de pobreza.

El que sólo hace voto simple, retiene el derecho de poseer y adquirir personalmente, pero no puede disponer de ello sin permiso del superior.

#### **409. ¿De cuántas maneras se puede pedir licencia al superior?**

La licencia puede ser:

- 1) expresa, esto es, el superior la concede clara y terminantemente con palabras o signos,

2) tácita, esto es, el superior conoce el deseo del súbdito y no opone ningún reparo, pudiendo hacerlo fácilmente,

3) presunta, esto es, el súbdito juzga con fundamento que el superior daría el permiso si se le pidiera.

El permiso obtenido con dolo o violencia injusta, es inválido y no justifica el uso de la cosa.

Permitiéndolo las circunstancias, es más conforme a la perfección pedir licencia expresa. La tácita vale cuando se sabe que el superior no exige se le pida permiso expreso, tratándose de cosas de poco fuste.

Si se toma una cosa con licencia presunta, se la debe pedir luego expresa, si es posible hacerlo y si el uso de la cosa ha de continuar por más tiempo.

El permiso que sobrepasa las facultades del superior es inválido.

#### **410. ¿Por qué debe el religioso apreciar y practicar la pobreza?**

El religioso debe apreciar y practicar la pobreza, porque esta virtud:

- 1) es uno de los fundamentos de la vida religiosa,
- 2) fué amada y practicada especialmente por Jesucristo,
- 3) concede un bien fundado título para el cielo,
- 4) hace, ya aquí en la tierra, al corazón libre y feliz.

«Si quieres ser perfecto, ve, vende cuanto tienes y dalo a los pobres» (Mt 19, 21).

«Quien no renuncia a todo lo que posee, no puede ser mi discípulo» (Lc 14, 33).

«Las zorras tienen sus cubiles y las aves del cielo sus nidos, mas el Hijo del Hombre no tiene donde pueda posar su cabeza» (Mt 8, 20).

Los Apóstoles, los primeros cristianos y los Santos todos amaron y practicaron la pobreza.

«Bienaventurados los pobres de espíritu porque de ellos es el reino de los cielos» (Mt 5, 3).

#### **411. ¿Cuándo practica el religioso la pobreza perfectamente?**

El religioso practica la pobreza perfectamente si por amor a Dios y confianza en Él :

1) siente indiferencia por las cosas cuyo uso le está concedido (habitación, vestido, libros, instrumentos),

2) no se preocupa ni atormenta desmedidamente por las cosas temporales,

3) soporta gustoso los sufrimientos provenientes de la pobreza (hambre, sed, frío, calor, mala habitación, cama dura, falta de comodidades),

4) es mirado y cuidadoso con las cosas a él confiadas,

5) escoge en lo necesario lo de menos valer,

6) sufre gustosamente, por lo menos de vez en cuando, la falta de lo necesario.

Considerémonos como peregrinos ausentes de la patria celestial, como extranjeros en la tierra, como mendigos que deben vivir solamente de limosna.

La pobreza que no deja sentir sus efectos realmente, no es pobreza. Los superiores, como es natural, tienen la obligación de proveer con diligencia, según el espíritu de la santa regla, a las necesidades de sus súbditos.

#### **412. ¿Cómo peca el religioso contra la virtud de la pobreza?**

El religioso peca contra la virtud de la pobreza :

1) soportando de mala gana y con despecho las estrecheces de la pobreza,

2) apegándose desordenadamente a las cosas,

3) usando de cosas superfluas o preciosas, o deseando tenerlas.

Las faltas contra esta virtud son, por lo general, levemente pecaminosas.

El que usa cosas superfluas o preciosas, peca más fácilmente contra el voto de pobreza cuando el superior no le ha dado permiso para usarlas o no podía darlo, porque son contrarias al espíritu de la regla.

#### **413. ¿Cuándo peca el religioso contra el voto de pobreza?**

Peca el religioso contra el voto de pobreza :

- 1) apropiándose irregularmente de una cosa,
- 2) disponiendo de algo independientemente de la voluntad del superior.

El religioso peca, por lo tanto, contra el voto de pobreza :

a) robando bienes extraños, de otros religiosos o de la Orden ;

b) reteniendo sin licencia alguna cosa, regalándola o recibéndola en regalo, comprándola, vendiéndola, usándola de manera distinta a como quiere el superior, llevándosela al ser trasladado a otra casa ;

c) destruyéndola o dejando que se pierda ;

d) disponiendo de lo que posee sin permiso del superior.

El que roba, destruye o deja que se pierda una cosa, incurre además en pecado contra la justicia, y está obligado, siendo posible, a reparar el daño.

#### **414. ¿Cuándo peca el religioso mortalmente contra el voto de pobreza?**

Peca mortalmente contra el voto de pobreza el religioso cuando lo quebranta en materia grave.

Depende, pues, del valor del objeto. Y, por tanto, hay que atender a diversas circunstancias :

a) en faltas contra el voto de pobreza y que son al mismo tiempo contra la justicia (por ejemplo apropiándose o destruyendo bienes ajenos), hay que considerar como importante el valor que basta para el pecado grave en el robo.

b) en faltas que van sólo contra el voto de pobreza, no contra la justicia (por ejemplo, usando de una cosa sin permiso o disponiendo de su propiedad), se precisa, para pecar mortalmente, mayor valor que en el caso precedente.

## IV. LA CASTIDAD RELIGIOSA

### A. La obligación de observar la castidad

#### 415. ¿Por qué está obligado el religioso a observar la castidad?

El religioso está obligado a observar la castidad por :

- 1) el sexto y nono mandamientos.
- 2) el voto de castidad.

#### 416. ¿Qué se propone Dios con el sexto y nono mandamientos?

Dios se propone con el sexto y nono mandamientos proteger y santificar el matrimonio y la familia, prohibiendo el placer carnal fuera del matrimonio y regulando su uso dentro del mismo.

El sexto y nono mandamientos se refieren al placer lujurioso. No es pecado la mera existencia de este placer, sino la complacencia voluntaria en el mismo. Si, por lo tanto, surgiesen espontáneamente ciertas sensaciones e imaginaciones impuras, no hay que intranquilizarse por ello. Pues tales sensaciones e imaginaciones no son pecado, mientras el alma no se recree en ellas con advertencia y consentimiento.

No es lícito procurarse de intento el placer venéreo fuera del matrimonio. Cuando se produjere espontáneamente, no es lícito alegrarse de ello, sino que hay que desear sinceramente que no se hubiese excitado.

El consentimiento voluntario en la pasión carnal se llama voluptuosidad.

Están, pues, vedados todos los actos que de alguna manera inducen a recrearse en los placeres prohibidos de la carne. Tales son:

- a) pensamientos y deseos impuros,
- b) conversaciones, chistes y cuentos impuros,
- c) oír o leer cosas impuras,
- d) miradas y tocamientos impuros.

Pensar, hablar, mirar y tocar cosas sexuales no es pecado si tales acciones no se hacen con mala intención, sino por motivos de utilidad o necesidad, y se rechazan además los deseos impuros que quizá puedan surgir.

No está, pues, prohibido limpiar el propio cuerpo o el de un enfermo ni estudiar lo relativo a estas cuestiones para asistir enfermos. Lo que importa es no consentir nunca en el placer venéreo que tal vez de ahí resulte.

Cuanto más fácilmente surgiere el placer impuro y sobre todo cuanto mayor fuere el peligro de consentimiento, tanto más apremiante debe ser el motivo para poder realizar lícitamente tales acciones.

Ocuparse innecesariamente en cosas impuras, en pensamientos, imaginaciones, miradas, tocamientos, etc., conduce con facilidad, a consecuencia del pecado original, al placer impuro y al libre consentimiento en el mismo. Hay que evitar, por lo tanto, cuidadosamente tal ocupación, puesto que constituye peligro de pecar.

Las acciones que no excitan mayormente a hombres normales, por ejemplo, dar la mano al saludarse o bañarse, pueden realizarlas lícitamente quienes, a causa de su especial índole, se conmueven más fácil y fuertemente, siempre que no sea demasiado grande el peligro de consentir en la tentación.

Cuando se duda de si algo es pecado contra la castidad, evítese hasta haberlo preguntado al confesor.

La enseñanza sobre las obligaciones y derechos de los casados se da en la instrucción prematrimonial, que debe darse y recibirse con toda circunspección.

#### **417. ¿A qué se obliga el religioso por el voto de castidad?**

El religioso se obliga por el voto de castidad a :

- 1) evitar todo pecado contra el sexto y nono mandamientos,
- 2) vivir célibe.

Hay dos clases de castidad: la matrimonial y la virginal. El religioso promete la castidad virginal.

El voto simple de castidad hace ilícito el matrimonio, mas no inválido; el voto solemne, en cambio, lo hace ilícito e inválido.

#### **418. ¿Cuántos pecados comete el religioso cuando peca contra la castidad?**

Pecando contra la castidad, el religioso comete dos o, mejor, tres pecados :

- 1) un pecado contra el sexto y nono mandamientos,
- 2) otro de sacrilegio por quebrantamiento del voto,
- 3) otro contra la caridad fraterna, si con su pecado da escándalo.

El religioso que peca gravemente contra la castidad debe decir en la confesión que está ligado con el voto, si no lo sabe ya el confesor.

Para la gravedad del pecado, no importa que el voto sea simple o solemne, perpetuo o temporal. Esto no es necesario declararlo en la confesión.

#### **419. ¿Qué gravedad tienen los pecados contra la castidad?**

Los pecados contra la castidad son :

- 1) mortales, si se han cometido con clara advertencia y pleno consentimiento,
- 2) veniales, si la advertencia no ha sido perfecta o no pleno el consentimiento.

En los pecados contra la castidad, no hay parvedad de materia, como la hay, por ejemplo, en los relativos al séptimo mandamiento, sino que todo placer, por pequeño y breve que sea, está prohibido bajo pena de pecado grave. La razón de ello es que se trata de una cuestión de suma trascendencia, a saber, de proteger el matrimonio y la familia, célula del género humano y del reino de Dios.

Peca venialmente, por ejemplo, el que combate con indecisión las tentaciones impuras, o el que, semidormido, falta contra la castidad con cierta advertencia y consentimiento.

No hay obligación de confesar los pecados veniales o dudosos. Se debe ser, sin embargo, muy sincero con el confesor en relación a la castidad, a fin de no caer en los lazos del de-

monio y del propio engaño, y gozar de la entera tranquilidad de corazón. No se conserve en el espíritu una fundada intranquilidad sobre esta materia más allá de la próxima confesión.

#### **420. ¿Qué lleva con facilidad a la impureza?**

Llevan fácilmente a la impureza :

- 1) miradas licenciosas y lecturas de malos libros,
- 2) ociosidad y tibieza en las prácticas espirituales,
- 3) intemperancia en comer y beber,
- 4) amistades sensuales,
- 5) la soberbia y la desobediencia.

Los ojos son la ventana por donde entra fácilmente el demonio en el alma.

David y Salomón, reyes elegidos por Dios, cayeron gravemente por ociosidad.

La intemperancia atiza poderosamente el apetito sensual, entorpece el entendimiento y la voluntad, y aleja la gracia divina.

El que mantiene una amistad sensual pierde la íntima amistad con Dios y la especial ayuda de sus gracias. Dios es un Dios celoso, quiere nuestro corazón entero para sí.

Dios castiga a menudo la presunción y la terquedad de las personas espirituales, permitiendo que caigan en estos pecados humillantes, a fin de que lleguen a reconocer su propia miseria.

#### **421. ¿Por qué hay que guardarse, con particular esfuerzo, de la impureza?**

Hay que guardarse, con particular esfuerzo, de la impureza, porque este pecado :

- 1) es muy vergonzoso,
- 2) destruye la inocencia y la paz del corazón y deprava al hombre en su cuerpo y en su alma,
- 3) le arrastra a otros muchos pecados y vicios,
- 4) precipita en la miseria y en la deshonra, y finalmente en la muerte eterna.

La impureza hace del hombre, imagen de Dios, un igual a las bestias irracionales.

A causa de este vicio fué destruída casi toda la humanidad por el diluvio del agua, y más tarde Sodoma y Gomorra, por el diluvio de fuego.

Rara vez permanece solo un pecado impuro. En seguida viene el segundo, luego el tercero, el cuarto, etc. y, por último, se implanta la mala costumbre.

Cuesta tanto vencerse a sí mismo, aun pidiendo la gracia, para librarse de una costumbre impura, que muchos pecadores no lo logran. Ciertamente, no es imposible dejar semejante costumbre una vez arraigada, pero es incomparablemente más fácil no adquirirla.

Un solo pecado de este género puede bastar para destrozarse definitivamente una salud robusta.

Este vicio ha hecho perder la vocación y la fe y dar escándalos gravísimos a religiosos que fueron fervorosos. La historia de la Iglesia y de las Órdenes religiosas nos muestran no pocas lamentables caídas de este género.

## **B. Medios para conservar la castidad**

### *a) Medios generales*

#### **422. ¿Qué medios debemos emplear para salvaguardar la castidad?**

Para salvaguardar la castidad debemos:

- 1) evitar las ocasiones peligrosas y ser muy recatados.
- 2) orar con fervor, recibir los Santos Sacramentos, trabajar diligentemente y vencerse a sí mismo con celo.
- 3) resistir decididamente a la tentación.

«Quien ama el peligro, perecerá en él» (Prov 3, 27).

De particular eficacia es la filial devoción a la Santísima Virgen.

Guardémonos de la falsa seguridad. El peligro es, precisamente en este punto, muy grande. Se consienten miradas y entretenimientos peligrosos, persuadiéndose de que se hace por buenos motivos, cuando en el fondo es la sensualidad la que actúa.

No se debe rezar en particular por las personas hacia las que se siente una afición sensual. Con frecuencia, esta oración no es otra cosa que un pretexto para ocuparse mentalmente de ellas.

Con personas de otro sexo no se trate:

- a) sin motivo muy grave,
- b) sin que lo sepa y quiera el superior,
- c) por cierta complacencia natural,
- d) por largo tiempo,
- e) no cuidando de evitar contactos innecesarios aunque honestos.

Se deben emplear estos mismos medios para recuperar la castidad perdida.

#### **423. ¿Quién es recatado?**

Es recatado el que evita todo lo que pueda empañar la castidad, como por ejemplo, miradas peligrosas, palabras deshonestas, tocamientos sensuales solitarios o con otros.

No se trata aquí de acciones pecaminosas, sino de tales acciones que un alma delicada, amante de pureza inmaculada, instintivamente se avergonzaría de hacer.

El santo pudor es un baluarte que defiende la virtud de la castidad.

Portémonos como exigen la presencia del Dios tres veces Santo y del Ángel Custodio.

Palabras y bromas atrevidas no sientan bien en boca de un religioso; producen además con facilidad extrañeza y escándalo.

La exageración del recato se llama pudibundez. No es una virtud y a veces perjudica. Lo natural hay que tratarlo con naturalidad. «Para el santo todo es santo» (Tito 1, 15).

#### **424. ¿Cómo debemos comportarnos en las tentaciones impuras?**

En las tentaciones impuras:

- 1) permanezcamos tranquilos y digamos una jaculatoria,
- 2) apartémonos inmediatamente y con decisión del objeto impuro, orando o trabajando con toda el alma,
- 3) no pensemos más en la tentación.

La tentación no es pecado; éste se comete cuando, conocida claramente la gravedad del placer impuro, plenamente se consiente en él. No hay, pues, motivo para inquietarse. Aun las personas más santas fueron atormentadas, y en verdad, muchas veces con recias y prolongadas tentaciones.

Las tentaciones vencidas no enturbian la pureza del alma, antes realzan la belleza de la virtud y aumentan el galardón eterno.

Nadie pierda el valor en las dificultades: «Fiel es Dios, que no permitirá seáis tentados sobre vuestras fuerzas, sino que de la misma tentación os hará sacar provecho» (1 Cor 10, 13).

Importa mucho que al primer asomo de la tentación se vuelva la atención a otra cosa con toda energía. Si una chispa de fuego cae en nuestros vestidos, la apagamos inmediatamente. En tanto que el deber lo permita, podemos ocuparnos, como derivativo, cuando las tentaciones arrecian y se prolongan más de lo ordinario, en un trabajo que nos guste y nos cautive por completo.

Persistiendo, no obstante, la tentación, repítase a menudo una jaculatoria diciendo expresamente: Nada quiero con este placer impuro.

Dése cuenta al confesor de las dificultades más grandes. Con frecuencia basta esta declaración para alejar pesadas tentaciones.

Después de la tentación, no se cavile sobre si se ha consentido o no. Cuando un religioso fervoroso ha ofendido gravemente a Dios, sábelo en seguida y sin duda.

No habiéndose comportado con entera decisión, acúcese con estas palabras: «He combatido con negligencia las tentaciones impuras». No es necesario hacerlo. Con todo, hay que ser muy sincero en esta materia con el confesor y director. Nada teme tanto el espíritu impuro como la sinceridad humilde.

*b) Medios especiales para los religiosos*

**425. ¿Qué medios debe emplear además especialmente el religioso para conservar la castidad?**

Para conservar la castidad debe además el religioso especialmente :

- 1) observar religiosamente la clausura,
- 2) portarse de modo irreprochable en el trato con los seculares.

La clausura es para los religiosos el apartamiento externo del mundo.

Ella prohíbe:

- a) la entrada o el permiso de entrar a personas de otro sexo en la clausura,
- b) la libre salida del convento,
- c) el trato inmoderado con el mundo.

La clausura es más rigurosa en unas Órdenes que en otras. En cuanto a las Órdenes de varones, quien permite la entrada de mujeres comete pecado grave, quedando, además, excomulgado, lo mismo que las mujeres que entran.

La clausura proporciona al religioso:

- a) seguridad ante los peligros del mundo,
- b) preservación de distracciones inútiles.

El aislamiento externo aprovecha ciertamente poco si no se practica al mismo tiempo el recogimiento interior del corazón. Por ello hay que mantener, especialmente a la fantasía y los sentidos, en estrecha disciplina.

El que de ordinario combate con flojedad corre grande riesgo de caer al fin en pecado grave.

**426. ¿Cómo debe comportarse el religioso con los seculares?**

El religioso debe comportarse con los seculares :

- 1) limitando en lo posible el trato con ellos,
- 2) no haciendo nada sin consentimiento ni licencia del superior,

3) permaneciendo modesto y recogido en Dios, y evitando las conversaciones vanas e inútiles.

Esto vale también respecto a los parientes y amigos. Requíerese mucha prudencia en el trato con personas de otro sexo.

Sin motivo razonable, y sin el permiso correspondiente, no vaya el religioso al locutorio y, cuando vaya, vuelva tan pronto pueda al retiro de su celda.

### **C. Valor e importancia de la virginidad**

#### **427. ¿Por qué se ha de estimar tanto la castidad virginal?**

Se ha de estimar tanto la castidad virginal, porque esta virtud:

- 1) fué muy amada de Jesús y María.
- 2) hace semejante a los Ángeles,
- 3) conduce a un conocimiento más claro y a un amor a Dios más entrañable,
- 4) nos da profunda paz y santa alegría,
- 5) ejerce saludable influencia en nuestros prójimos.
- 6) honra a la santa Madre Iglesia con especial honor.

Jesús vivió virgen; virgen purísima fué su Madre; para padre nutricio, precursor y discípulo predilecto, eligió a almas vírgenes.

Jesús se desposa con las almas vírgenes. En este sentido presenta la Iglesia al Apóstol San Pablo, en el oficio de las Santas Vírgenes, como paraninfo de Cristo al apropiarse sus palabras: «Os celo con celo de Dios; pues os he desposado a un solo marido para presentaros a Cristo como casta virgen» (2 Cor 11, 2).

«Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios» (Mt 5, 8). «¡Oh cuán bella es la generación casta con esclarecida virtud! Inmortal es su memoria y conocida ante Dios y los hombres» (Sap 4, 1).

El que por las circunstancias se ve construido a vivir soltero fuera del convento, debe hacer de necesidad virtud, ado-

rando resignadamente esta disposición de Dios y abrazándola con voluntad pronta. Ello le proporcionará paz profunda y copiosas gracias.

Al hombre célibe, porque carece del complemento natural que le proporciona el compañero del otro sexo, le acecha el peligro de la falta de armonía, desajuste y atrofiamiento del carácter. Se evitarán estos daños con firme autodisciplina y el pensar y obrar altruista. El que por motivos sobrenaturales renuncia al matrimonio contrae una alianza espiritual con la Iglesia, la inmaculada Esposa del Cordero. La entrega desinteresada a ella y a su gran tarea, no es sólo una buena defensa contra la deformación del carácter, sino que es al mismo tiempo un medio excelente para el complemento armónico de la personalidad. Tal entrega preserva del grave peligro del celibato — el egoísmo — y educa para ser un hombre noble y dispuesto a sacrificarse alegremente.

El significado más profundo de la virginidad (celibato) reside en que libera el corazón del hombre para que se adhiera a Dios sin dividirse. «¿Estás ligado a una mujer?, no busques la separación; ¿estás soltero?, no busques mujer... El que no está casado anda solícito de las cosas del Señor y cómo agradará a Dios; el que tiene mujer anda afanado en las cosas del mundo y cómo ha de agradar a la mujer. Así se halla dividido. La mujer no casada y la doncella piensan en las cosas del Señor, cómo serán santas en cuerpo y alma; la casada, en las del mundo y cómo agradará al marido. Os digo esto para vuestro provecho; no para echaros un lazo, sino para exhortaros a lo más loable y a lo que habilita para servir a Dios sin ningún embarazo» (1 Cor 7, 27-35).

Las almas vírgenes recibirán un galardón especial en el cielo: «Y he aquí que miré y vi que el Cordero estaba sobre el monte Sión, y con él, ciento cuarenta y cuatro mil personas que tenían escrito en sus frentes el nombre de Él y el nombre de su Padre. Al mismo tiempo oí una voz del cielo, semejante al ruido de muchas aguas y al estampido de un trueno grande; y la voz que oí era como de citaristas que tañían sus cítaras. Y cantaban un cantar nuevo ante el trono y delante de los cuatro animales y de los ancianos; y nadie podía cantar y entender aquel cántico, fuera de aquellos ciento cuarenta y cuatro mil que fueron rescatados de la tierra. Éstos son los que no se amancillaron con mujeres, porque son vírgenes. Éstos siguen al Cordero doquiera que vaya; éstos fueron rescatados de entre los hombres como primicias para Dios y para el Cordero. Ni

se halló mentira en su boca; porque están sin mácula [ante el trono de Dios]» (Apoc 14, 1-5).

La vida de virginidad voluntaria del sacerdote, del religioso y del cristiano en el mundo, ha atraído sobre la Iglesia y la humanidad entera inmensos e inestimables beneficios. Almas vírgenes fueron las que en la Edad Media recibieron la cultura del mundo antiguo y la salvaron transmitiéndola a los tiempos modernos; ellas fueron y son las principales difusoras de los beneficios del cristianismo, y alivian las necesidades de pobres, enfermos y desgraciados.

## *Capítulo décimoséptimo*

### **AUTOFORMACIÓN DE UNA PERSONALIDAD COMPLETA**

#### **428. ¿Cómo se adquiere una personalidad completa?**

Se adquiere una personalidad completa :

- 1) fomentando razonablemente la capacidad física,
- 2) cuidando con vigilancia de la salud psíquica.
- 3) cultivando diligentemente las facultades superiores del alma,
- 4) aplicándonos a adquirir conocimientos útiles y provechosos,
- 5) educándonos para trabajar animosamente y con capacidad profesional.

La gracia se apoya en la naturaleza. Si, por ejemplo, la gracia se halla en una inteligencia despejada y una voluntad firme, produce mejores efectos que en un hombre de entendimiento flojo y voluntad fluctuante. Por ello, una personalidad naturalmente valiosa es de una trascendencia fundamental para la vida cristiana.

Incluso bajo este aspecto fueron los santos hombres arquetípicos. Cosa que se debe hacer resaltar con vigor en sus vidas.

Tras de habernos ocupado con preferencia, en las explicaciones de los capítulos anteriores, del fin y fuerzas sobrenaturales del hombre, es aconsejable y aun necesario que tratemos ahora, en un capítulo especial, de su formación natural. Las indicaciones que hacemos aquí valen por igual para religiosos y seglares.

## I. LA SALUD FÍSICOPSÍQUICA

### 429. ¿Qué medios sirven para cuidar de la salud físico-psíquica?

A la salud físico-psíquica contribuyen de modo excelente :

- 1) el trabajo serio, tranquilo, alegre y dirigido a Dios,
- 2) una discreta moderación en comer y beber,
- 3) la abstinencia o el uso moderado de productos nocivos, como son el alcohol, la nicotina y la cafeína,
- 4) combatir todo lo que socava la estructura de la personalidad, como el enojo, los disgustos, la sed de venganza y los extravíos sexuales.

El trabajo bien ordenado es uno de los medios más excelentes para el equilibrio de la personalidad, a la vez que una de las medicinas más eficaces para restaurar la personalidad enferma o agotada.

«No parar nunca, mas no apresurarse, de lo contrario tendrás la neurastenia» (refrán alemán).

El hombre prudente empieza el trabajo con tiempo para poder acabarlo cómodamente. Marcha al lugar del trabajo (o toma el ferrocarril o el metro) tan temprano, que la marcha se le convierte en un paseo recreativo y aun tiene ocio para ocuparse en pensamientos útiles o en rezar.

El así llamado «nerviosismo» no es en muchos casos otra cosa que debilidad de carácter. Su nombre sirve para encubrir la impaciencia y la falta de dominio. Desaparece cuando uno se lo propone firmemente. Un rostro alegre y el buen humor jamás le dejan prosperar.

## II. LA FORMACIÓN DE LAS FACULTADES ESPIRITUALES

### **430. ¿A qué ha de tender la formación de las facultades espirituales?**

La formación de las facultades espirituales ha de tender a:

- 1) moldearlas hasta lograr su cabal perfeccionamiento y eficiencia,
- 2) armonizarlas completamente entre sí.

Las facultades del alma son el entendimiento, la voluntad y la memoria; mas también la imaginación (fantasía) y la afectividad son en el hombre de naturaleza preponderantemente espiritual.

Sus relaciones mutuas son polifacéticas. Deben emplearse hermosamente sintonizadas. La dirección debe de estar en el entendimiento y la voluntad. Cuando el entendimiento no está caldeado por la afectividad, es frío, sus juicios son unilaterales, desconsiderados, inhumanos, duros, injustos. Si la voluntad no se deja guiar por el entendimiento, como potencia ciega que es, se vuelve por lo mismo imprudente y funesta. Si la afectividad no se sujeta al entendimiento y a la voluntad, sus movimientos son irreflexivos. De igual manera deben sujetarse a la disciplina la memoria y la fantasía.

### **A. El entendimiento**

### **431. ¿Para qué trabajos debemos instruir el entendimiento?**

Debemos instruir el entendimiento a fin de que sea capaz:

- 1) de comprender los asuntos claramente y bajo todos sus aspectos,
- 2) de delimitarlos, comparándolos reflexivamente,
- 3) de juzgarlos con objetividad, según su importancia,

- 4) de ordenarlos con la mayor conexión posible,
- 5) de adquirir nuevos conocimientos, sacando conclusiones de los anteriores,
- 6) en fin, de llegar a la primera causa y al fin último, esto es, a Dios.

Esta formación del entendimiento no se alcanza en unos cuantos años de estudio; es cuestión de toda la vida.

No puede gloriarse de ser un pensador profundo el que no medita con preferencia las cuestiones fundamentales del primer principio, de la causa fundamental y del último fin. Pues falla en la cuestión más importante de la vida: no halla fácil ni prontamente al Creador y último fin de las criaturas. Además no conduce la facultad cognoscitiva a su completo desarrollo y a su más hermosa actividad; que es llegar a comprender por la naturaleza el Infinito.

#### **432. ¿Qué medios ayudan a la recta formación del entendimiento?**

A la recta formación del entendimiento ayudan :

- 1) el estudio profundo de los conocimientos que nos son necesarios y útiles,
- 2) la consideración reflexiva de las cuestiones que se relacionan con la religión y el concepto del mundo y de la vida,
- 3) la lectura reposada de libros serios,
- 4) el ocuparse los domingos y días de fiesta en los problemas más altos del alma, no entregándose a placeres que disipan,
- 5) conversaciones elevadas con hombres bien formados,
- 6) la participación frecuente y gustosa en misiones y ejercicios espirituales.

El que siguiere con constancia estos consejos llegará a ser por su esfuerzo propio un auténtico pensador, de juicio independiente, en todas las situaciones de la vida, y de mentalidad abierta a las verdades más sublimes y necesarias.

Nuestra época ha perdido en grave medida la facultad de reflexión. Aquí está la raíz de todos sus males.

Los ejercicios y las misiones no son solamente un medio clásico para alcanzar la perfección cristiana. Son asimismo un medio apropiado para fomentar el discurso puramente natural y, por lo tanto, el progreso del entendimiento, de la capacidad cognoscitiva, pues nada hay que pueda ser más formativo para el entendimiento y la personalidad toda que la calma y el silencio, la reflexión y la meditación de las verdades eternas, la ponderación de la diferencia entre este y el otro mundo, entre lo temporal y lo eterno, entre lo humano y lo divino, y la visión panorámica de la jerarquía de todos los valores.

A este ambiente nos conduce el opúsculo de la *Imitación de Cristo*, de Tomás de Kempis. De aquí proviene su influjo inmensamente beneficioso en los hombres desde hace siglos.

### **433. ¿Qué es a propósito para deformar el entendimiento?**

A propósito para deformar el entendimiento es:

- 1) la superficialidad en mirar, oír, pensar y juzgar,
- 2) la ávida ambición de saber excesivamente,
- 3) la avidez de las novedades cotidianas,
- 4) abandonarse frívolamente a los placeres y a la disipación,
- 5) zambullirse irreflexivamente en el trabajo,
- 6) huir del silencio y retiro.

## **B. La voluntad**

### **434. ¿A qué se debe aspirar en la formación de la voluntad?**

En la formación de la voluntad se debe aspirar a que:

- 1) se dirija siempre al bien, especialmente al cumplimiento del deber y a la adquisición de la virtud,

2) persiga sus fines con vigor, firmeza y perseverancia,

3) ser tenaz y flexible, prudente y obediente.

Una voluntad buena y firme es un elemento valiosísimo de la personalidad. No es noble un carácter por sus conocimientos, sino por sus aspiraciones y hechos.

#### **435. ¿Cómo adquiere la voluntad una capacidad valiosa?**

La voluntad adquiere una capacidad valiosa :

1) señalándole fines claros y elevados,

2) impulsándola a lograrlos por motivos poderosos,

3) enseñándola a pasar decididamente del querer al obrar,

4) educándola en la alegría de la decisión y responsabilidad,

5) confiriéndole, mediante principios prácticos, rapidez en la determinación y constancia en la ejecución.

Empleados con perseverancia, estos medios transforman en fuerte una voluntad naturalmente débil.

Decisiva es la educación para obrar. Lo que importa no es el desear, sino el realizar. El camino del infierno está empedrado de buenos propósitos.

Es de suma trascendencia fundarse en motivos poderosos que conserven su eficiente vitalidad. La voluntad es ciertamente libre, pero nos decidimos de ordinario por lo que juzgamos de más valor.

Hay que conceder asimismo mucha importancia a la formación de los principios. Ellos nos economizan en cada caso largas consideraciones acerca de lo que se ha de hacer. Estas consideraciones van implicadas en la formación de los principios. Son como motivos siempre prontos. Tienen una fuerza especial, porque están íntimamente ligados con la conciencia del propio valer: no es posible abandonar por fútiles motivos un principio adoptado tras madura reflexión y practicado a menudo con éxito brillante, que posiblemente además se ha convertido en característica honrosa de la persona. Esto sería como renunciar al propio yo.

Los principios deben seleccionarse con prudencia. Han de tener en cuenta las propias fuerzas y fines y las situaciones todas de la vida. Para su elección, pídase consejo a personas experimentadas y benévolas. Poco a poco van adquiriendo su total desarrollo hasta estructurarse en un sistema que penetra y sostiene toda la vida.

En la práctica de los principios no hay que ser irrazonable. Debe distinguirse entre lo esencial y lo accesorio. Lo que es bueno para casos ordinarios, debe experimentar una excepción en casos particulares.

Ejemplos de principios: «Primero lo necesario, luego lo útil, por último lo agradable». «Obra rectamente y no temas a nadie». «Sé puntual, veraz y fiel». «No hagas nada de que tengas luego que arrepentirte». «Dios sobre todo». «Más moscas se cazan con una gota de miel que con un tonel de vinagre». «Airado y excitado, no me será posible arreglarme con mi prójimo». «La paciencia y el amor son las dos fuerzas más poderosas». «Primero pesar, luego arriesgar». «A nadie condenes antes de haberle oído». «Precaución contra la chismorrería». «La calidad prevalece a la larga sobre la cantidad».

Es de suma trascendencia para la educación de la voluntad llevar a la práctica con energía las decisiones, una vez tomadas. Aquí vale aquello de: decidir con calma y obrar rápida y vigorosamente. El obrar es la mejor piedra de toque para saber si el querer fué de buena ley, al mismo tiempo que repercute en el fortalecimiento de la voluntad.

## C. La memoria

### 436. ¿Cuáles son las cualidades de la buena memoria?

La buena memoria es:

- 1) fácil en la recepción de nuevos conocimientos.
- 2) fiel y tenaz en el retener,
- 3) pronta y rápida en el recordar,
- 4) la que selecciona solamente lo que vale.

Son más fáciles de retener y más duraderas las experiencias acompañadas de sentimiento: una palabra amable, un servicio, un grato acontecimiento, una observación molesta, un proceder mortificante. Es ésta una orientación, rica en aplicaciones, de

nuestra naturaleza, ya que para nuestra vida tienen de ordinario una importancia especial los acontecimientos o sucesos placenteros o molestos. Los educadores y directores de almas deben tener muy en cuenta este hecho.

No puede nuestro espíritu retener en la conciencia más que poca materia. Por lo cual, fácilmente deja perderse de nuevo el contenido de la conciencia, almacenándolo en la «subconsciencia». El contenido de la «subconsciencia» es, por lo tanto, la reunión de un sinnúmero de pasadas vivencias psíquicas. Éstas constituyen un mundo aparte en constante renovación y modificación. Los fenómenos psíquicos, sumergidos en el subconsciente, pueden aflorar de nuevo a la superficie de la conciencia en forma de recuerdo. Pero muchas veces influyen inconsciente o inadvertidamente en los pensamientos, afectos y deseos del hombre. Tal ocurre en los actos normales de la vida: la subconsciencia pone su mano en todo nuestro obrar u omitir, a menudo de forma decisiva. Ante todo, en ella hunden sus raíces las desviaciones y enfermedades psíquicas. Ya se comprende, pues, que una de las principales tareas de la formación de la personalidad propia o ajena sea precisamente atender con cuidadosa vigilancia a la salud de la subconsciencia.

#### **437. ¿Cómo se atiende a la formación de una subconsciencia sana?**

Se atiende a la formación de una subconsciencia sana :

- 1) ocupándose en cosas de valor y entregándose sólo a experiencias que estimulen al bien,
- 2) apartándose de las impresiones dañinas inmediatamente, con decisión y calma,
- 3) señoreando, sobre todo, los sentimientos: fomentando los buenos y reprimiendo los malos.

¡Qué importante es la sujeción de la curiosidad y de la fantasía! ¡Qué perniciosas pueden resultar las pinturas y películas malas! Muchos parece que no tienen que hacer cosa de mayor apremio que convertir su subconsciencia en un pantano mal oliente.

Vigilemos nuestras lecturas (y las de la juventud a nosotros confiada). «Nunca leas un buen libro» — solía aconsejar a los jóvenes un experimentado educador; mas añadía en seguida con un guiño humorista en los ojos, ante la sorprendida mirada de sus oyentes —: «sino siempre y sólo los mejores».

¡Fuera toda susceptibilidad y todo despecho! Se fijan en la subconsciencia haciendo que el alma enferme. De una subconsciencia envenenada se levantan miasmas envenenados y envenenadores.

Cuidado especial requieren las vivencias sexuales. No apartándose de ellas rápida y decididamente, con lo que se les quita o disminuye notablemente la capacidad de impresionar, luego invaden la subconsciencia y, a causa de su fuerte carga afectiva, conservan gran poder y disposición para influir en el alma, transformándose de esta suerte en fuente de dificultades duraderas, molestas y peligrosas.

También hay que rechazar con rapidez las vivencias espantosas, a fin de que, como duende en la subconsciencia, no nos jueguen malas pasadas. Pongamos un ejemplo: a una persona piadosa se le ocurre repentinamente un pensamiento pecaminoso. Se estremece involuntaria y enormemente. En vez de rechazarlo en seguida con calma, se examina para saber si ha consentido. Como consecuencia, se refuerza la primera impresión y se produce inmediatamente, por segunda vez, un pensamiento análogo. Crece el terror, originándose así la aparición de una cadena de tales pensamientos. La angustia y la intranquilidad estarán alimentadas por una falsa aprehensión, hasta la confesión inmediata. Aquí, un imprudente examen de conciencia hace el resto. Ahora se vuelve tan fuerte la sensación de angustia, y ha caído la subconsciencia en tal excitación, que naturalmente se necesita largo tiempo para que las olas se calmen y desaparezca la turbación. ¡Ay de las almas atormentadas, que no se atienen con firmeza y constancia al parecer del confesor, cuando éste les aconseja no hacer ningún caso de tales fenómenos!...

Por el buen arte de vivir se puede crear en la subconsciencia una ayuda sobremanera valiosa para superar todos los problemas de la vida, grandes y pequeños. El que cumple gozoso constantemente su deber y se porta bien con Dios, abre su espíritu a los valores religiosos y halla su satisfacción en el círculo familiar, no consiente que hombres frívolos influyan en él y no lee libros superficiales, dándose sólo a lecturas educa-

tivas, ése se crea en la subconsciencia un clima y una atmósfera que no permitirán la entrada más que a influjos benéficos para la conciencia y para todo el movimiento psíquico de la personalidad. Enseñoreará fácil y alegremente la vida y saldrá adelante a pesar de las mayores dificultades.

#### **438. ¿De qué depende la fuerza retentiva de la memoria?**

La fuerza retentiva de la memoria depende de que se:

- 1) abracen los objetos con claridad y precisión,
- 2) impriman bien, por repeticiones adecuadas, en nuestra estructura sensorial,
- 3) asocie lo nuevo a los conocimientos anteriormente adquiridos,
- 4) aporte al trabajo intelectual el vigor del cuerpo y del alma,
- 5) tenga el propósito serio de retener aquello que importa.

Precisamente de esta voluntad de retener depende en sustancia el aprender.

De suyo la memoria es diferente en cada hombre: su fuerza (o debilidad) puede ser general o extenderse a determinados campos. Muchos tienen una buena (o mala) memoria para los hechos, o nombres, o números, o concatenación de ideas.

La memoria es más vigorosa en la juventud y en la edad madura: decae notablemente en la vejez. De aquí que haya que emplear los años de la juventud en la diligente adquisición de conocimientos vitales y valiosos.

### **D. La imaginación o fantasía**

#### **439. ¿Qué misión ejerce la imaginación?**

La imaginación es la facultad por la cual el hombre presta al contenido de su conciencia una plasticidad

viva, y lo elabora modificándolo y combinándolo de múltiples maneras para obtener nuevas creaciones psíquicas.

También el animal posee una cierta imaginación puramente sensible; mas sólo en el hombre la imaginación está sometida a la dirección del entendimiento y de la voluntad.

Nuestra fantasía se desenvuelve libremente en la vida ordinaria, es decir, sin aspirar a resolver problema alguno determinado. El artista, el investigador, el hombre de negocios sirven de ella con determinada finalidad y método. También en la vida de piedad desempeña la fantasía un cierto papel, cuando nos representamos, al meditar, al rezar el Rosario o al hacer el Vía crucis, los misterios de la vida y pasión de Cristo u otros acontecimientos o verdades.

La fantasía puede ser tan viva en los niños, y aun en las personas mayores, que no sepan distinguir entre la representación imaginativa y la realidad.

#### **440. ¿Cuáles son las cualidades de una fantasía?**

La buena fantasía es:

- 1) fácilmente impresionable,
- 2) viva y gráfica,
- 3) creadora,
- 4) disciplinada por el entendimiento y la voluntad,
- 5) no alejada de la realidad,
- 6) casta y limpia.

#### **441. ¿Por qué debemos educar la fantasía?**

Debemos educar la fantasía porque:

- 1) bien formada, representa una fuerza preciosa para el triunfo en las tareas de la vida,
- 2) desenfrenada o pervertida, impide o arriesga por completo el buen desarrollo y la eficiencia de la personalidad.

El orador, el predicador, el artista necesitan una fantasía bien cultivada para dar a sus realizaciones plasticidad, belleza y atracción. Los que desempeñan profesiones prácticas, como el hombre de negocios, el ama de casa, la necesitan para hallar siempre nuevos caminos en el cumplimiento de sus tareas.

La fantasía desenfadada convierte al hombre en soñador, extraño a la realidad; la pobreza de fantasía le hace seco, carente de arranque y de atmósfera soleada en su vida.

Puede la fantasía convertirse en fuerza devastadora cuando se asocia a una pasión. Encubre o falsea la verdad.

El enamorado ve en el objeto de su afición solamente lo bueno, no lo malo; el envidioso, por el contrario, descubre en su rival sólo lo malo, no lo bueno.

Enemigo molesto y peligroso es la fantasía sexualmente pervertida. Como por arte de encantamiento pinta cuadros inmorales en el alma, adobándolos con un brillo seductor que no les corresponde en realidad.

#### **442. ¿Cómo debemos educar la fantasía?**

Debemos educar la fantasía:

- 1) ofreciéndole solamente estimulantes valiosos,
- 2) cultivando en nosotros un recto sentido de la realidad.

Recomendables son las lecturas de obras buenas y el goce intelectual del arte auténtico. Las películas, en su mayoría, deforman, y si son malas, especialmente eróticas, producen efectos desastrosos. ¡Fuera la literatura pornográfica! Una hora en una atmósfera sofocante puede crear dificultades interiores que den guerra toda la vida. ¡Cuidado asimismo con el soñar despierto! Entonces urde la imaginación tranquilamente vivencias que no se querrían tener en la realidad. Mas las vivencias de la imaginación son como una preparación para las vivencias de hecho.

¡Cuántos han sido arrastrados sin sentirlo a caídas graves, por no haber vigilado su fantasía!

El trabajo seriamente realizado, en especial el obligatorio, y la observación directa de la naturaleza, obra de Dios, mantienen vivo un sano contacto con la realidad.

Si la fantasía excita el fantasma de la simpatía o antipatía, llámesela al orden con severidad. En tales casos dejémoslos aconsejar de hombres objetivos.

#### **443. ¿Cuáles son las creaciones morbosas de la fantasía?**

Creaciones morbosas de la fantasía son:

- 1) la ilusión, por la que el hombre interpreta falsamente, mediante la fantasía, hechos reales,
- 2) la alucinación, por la que el hombre toma por realidad meras pinturas de su fantasía.

El que, a causa de la oscuridad o de la lejanía, toma la raíz de un árbol por una culebra, sufre una ilusión. El que, sin excitación del mundo exterior, cree firmemente ver a una persona, padece el fenómeno de la alucinación. Ilusiones y alucinaciones se dan también en la vida normal, principalmente en el estado de cansancio físico o moral: se toma a una persona desconocida por una conocida; se cree, por ejemplo, esperando una visita, oír la campanilla de la puerta, aunque nadie en realidad la ha tocado.

Pero hay personas que, debido a predisposición natural, están expuestas a la ilusión o a la alucinación. Fácilmente tienen «visiones», oyen «voces», reciben «encargos», etc. Hay que estar sobre aviso respecto a todo esto. Enseñan los maestros de la mística que no se debe hacer gran caso, aun en los fenómenos místicos auténticos, de locuciones y apariciones, ya que cabe engañarse con facilidad. Cuando Dios habla, sabe hacer pública su voluntad de modo incontrovertible. Cuando se corre la voz de apariciones de la Madre de Dios y cosas parecidas, sujetémoslos con gusto y escrupulosamente al juicio de la autoridad eclesiástica.

En la niñez, las ilusiones y alucinaciones están a la orden del día. Tienen en esta etapa de la vida un valor extraordinario; sirven para activar el desarrollo de la imaginación y llevan al niño, que aún no está a la altura de un mundo real mayor, a ejercitarse previamente en un mundo de apariencias. De aquí que los niños sean malos testigos. Parte de las mentiras que dicen no son otra cosa que ilusiones o alucinaciones y, por consiguiente, no punibles.

## **E. La afectividad o potencia afectiva**

### **444. ¿Qué se entiende por afectividad?**

La afectividad es, juntamente con el entendimiento y la voluntad, la tercera fuerza fundamental del alma, en la que arraigan los sentimientos y los estados de ánimo.

Los estados de ánimo son sentimientos más duraderos y continuos.

Los sentimientos y estados de ánimo son vivencias elementales. De aquí que no puedan describirse más exactamente o comprenderlos conceptualmente, reduciéndolos a otros fenómenos psíquicos. Todos los conocemos, sin embargo, por propia experiencia como, verbigracia, los sentimientos de placer o disgusto, los estados de ánimo de serena exaltación y de deprimente abatimiento, el de entusiasmo y el de fastidio.

Hay sentimientos puramente espirituales como, por ejemplo, el producido por el hallazgo de una verdad largamente buscada o por una obra buena realizada. Con frecuencia, el cuerpo participa de los sentimientos y estados de ánimo. Precisamente esta circunstancia confiere a los sentimientos gran influjo en todos los dominios de la personalidad humana.

Los sentimientos fuertes se exteriorizan por el rubor, la palidez, aceleración o retardamiento de la actividad del corazón, de la circulación de la sangre, de la respiración.

En la afectividad se basan el numeroso tropel de aficiones y aversiones y también la abigarrada teoría de apetitos del alma: el egoísmo, la ambición, la envidia, el espíritu pendercero, la coquetería.

Muchas veces quiere indicarse con el término «afectividad» el conjunto de sentimientos y estados de ánimo que de ordinario dominan a un hombre. Así se habla de una afectividad rica, alegre, feliz, pobre, sombría, infeliz.

### **445. ¿Qué efecto causa la afectividad?**

La afectividad capacita al hombre para:

1) producir y saborear profundas impresiones que llegan a lo más hondo del corazón,

2) experimentar en el fondo del alma muy personalmente los valores que se dan en la realidad,

3) rastrear el sentido oculto y el valor de los acontecimientos y sus conexiones,

4) sentirse unido y compenetrado con la naturaleza circundante y con los demás hombres,

5) vivir experimentalmente las cuestiones y valores filosóficos y religiosos.

Por ello la afectividad es, juntamente con el entendimiento y la voluntad, una importantísima fuerza constitutiva de la personalidad. En nuestra época en que dominan el entendimiento, la voluntad y la objetividad, la afectividad es muchas veces poco apreciada en su justo valor. Es una consecuencia de la llamada «ilustración», y significa un empobrecimiento de nuestra naturaleza humana.

#### **446. ¿Cuántas clases de afectividad se distinguen?**

Se distinguen la afectividad :

- 1) violenta y suave,
- 2) alegre y seria,
- 3) pobre y rica,
- 4) profunda y superficial,
- 5) fuerte y débil.

Con esta enumeración quedan al mismo tiempo sugeridas las cuestiones que hay que tener presentes en la educación de la potencia afectiva.

#### **447. ¿En qué direcciones empuja naturalmente al hombre la afectividad?**

La afectividad empuja naturalmente al hombre en las siete direcciones siguientes :

- 1) a la percepción del propio valer,
- 2) a hacer bien a los otros,

- 3) a influir en el mundo que nos rodea,
- 4) a buscar la verdad y la ciencia,
- 5) a gozar de la belleza,
- 6) a apreciar y practicar la bondad moral.
- 7) a entregarse a Dios, el bien infinito.

La potencia afectiva descubre, por así decirlo, este mundo de valores y nos estimula a explotarlo.

Los hombres todos están naturalmente dotados de estas siete inclinaciones, aunque con vigor y forma diferentes. Según predomine una u otra inclinación, se distinguen siete tipos fundamentales de hombres: el ahorrador (atento a sí mismo), el social, el político (que aspira a mandar), el sabio, el artista, el moralista y el religioso. Esta clasificación de los hombres en tipos tiene, para el conocimiento y formación de la personalidad, una trascendencia extraordinaria, parecida a la de la doctrina de los cuatro temperamentos.

Las mencionadas inclinaciones pueden fortalecerse y formarse con el ejercicio. Y por la continuada negligencia, pueden perder vigor e influjo en los actos de la vida.

#### **448. ¿De qué defectos de la afectividad debemos guardarnos?**

Debemos guardarnos:

1) del sentimentalismo, que nos vuelve débiles e incapaces para las luchas de la vida,

2) de la exuberancia de sentimiento, que no mira la realidad como es en sí,

3) de la frialdad, embotamiento y rudeza del sentimiento, que no conoce los valores más altos y que, especialmente en la miseria del prójimo, pasa de largo sin compasión, fomentando de rechazo los sentimientos criminales en el necesitado,

4) de la estrechez de sentimientos, que nos ciega para importantes zonas de la vida,

5) de la inconstancia del sentimiento, que lleva al hombre a la dejadez.

He aquí más tareas importantes para la educación y autoformación de la personalidad.

**449. ¿A qué fenómenos morbosos puede conducir una afectividad no formada?**

La afectividad no formada puede conducir:

1) a la hipocondría, es decir, a la angustia y al cuidado excesivo de la salud corporal,

2) a los escrúpulos, esto es, al excesivo temor en el terreno moral,

3) a la histeria, es decir, al endiosamiento exagerado del propio yo que no mira a los intereses de los demás hombres ni tampoco a los de la sociedad.

Estas son las enfermedades del alma en el sentido amplio de la palabra. Pueden adoptar forma y grados diversos. Todas tienen algo en común: que, en ellas, la afectividad se vence demasiado en favor del propio yo. Aquí tenemos señalado el camino para su curación: sacarla de la cautividad del propio yo para darla al tú de los otros hombres y de la sociedad, cumpliendo fielmente los deberes propios y sintiendo y practicando la caridad fraterna.

Antes de llamar a nadie histérico, obsérvese si uno mismo no se resiente de la exagerada preocupación del propio yo.

Sospechoso de histeria es el que hurta el hombro a los trabajos comunes, que no asiste por fútiles pretextos a los actos de comunidad, le gustan las exenciones y aspira a títulos y prerrogativas que le hagan sobresalir por encima de los demás.

**450. ¿Cuáles son las causas más corrientes del falseamiento de la afectividad?**

Las causas más corrientes del falseamiento de la afectividad son:

1) una índole físicopsíquica desfavorable,

2) falsa educación en la juventud, especialmente en la infancia,

3) defecto de autoformación en la edad adulta,

4) descontento prolongado de su estado y profesión,

5) duros reveses de fortuna no superados.

Daño permanente causan al niño las pruebas exageradas de amor. Así su joven «yo» se va «sobrealimentando». No aprende a encajar en la sociedad. A este peligro están expuestos casi siempre los vástagos de familias de uno o dos hijos. Éstos son considerados, en todos los centros de formación, como niños muy difíciles de educar.

No menos nociva resulta a la afectividad del niño la frialdad o el desamor y abandono prolongados. En tal ambiente, se atrofia muy pronto el sentido de los valores sociales y religiosos. El joven se tornará indiferente en religión y egoísta desconsiderado.

Así se originan muchas veces, ya en la niñez, «las heridas de la vida». Como se esconden en lo hondo de la afectividad, no se descubren a menudo. Envenenan la subconsciencia, de donde brotan constantemente muchas dificultades de la vida. Para conseguir su curación es preciso que el entendimiento y la voluntad (y la fe y las virtudes) lleven el timón de la vida, sorteando los escollos de las inclinaciones de la afectividad. Tarea nada fácil, ya que esta situación dura a veces largos años y no rara vez hasta la muerte.

No tiene objeto quejarse de las heridas de la vida o enojarse contra quienes nos las infieren. Las heridas de la vida tienen también su ventaja: suscitan todas las energías de la personalidad en el proceso de curación. «Para los que aman a Dios todas las cosas se transforman en bien» (Rom 8, 28), incluso sus heridas y enfermedades.

Está expuesto igualmente al máximo peligro de sufrir graves daños en su facultad afectiva, el que, viviendo en situación permanente de subordinado, no se siente estimado como merecen su persona y sus trabajos, recibiendo una remuneración tan mezquina que no puede plasmar su vida y la de su familia cual cumple a la dignidad humana, y no ve salida a tal situación. Éste es muchas veces el caso del proletariado. Deben establecerse efectivas ayudas sociales de diversa índole, para evitar tales perjuicios o desterrarlos, si ya se sufren. No obstante, el

medio esencial de ayuda y remedio es el concepto religioso del trabajo, una filial confianza en el gobierno de la Providencia divina y una esperanza firme en la vida eterna.

#### **451. ¿Qué es lo más apropiado para fomentar la afectividad?**

Para fomentar la afectividad, lo más apropiado es lo siguiente :

1) un pensar limpio y consecuente, una voluntad seriamente disciplinada y una actividad manifestada en especial en el cumplimiento del deber impiden o curan el sentimentalismo y la exuberancia de los sentimientos ajenos a la realidad ;

2) la vida de cálido afecto en el hogar, particularmente en las familias numerosas, desarrolla una afectividad noble, abierta, sin exigencias y magnánima ;

3) la religión, en concreto la católica, ofrece variados medios de primordial importancia para la educación de la potencia afectiva con sus verdades sublimes, sus exigencias ideales, sus simpáticas fiestas, sus funciones conmovedoras y las amables figuras de sus Santos ;

4) las obras sociales y caritativas refuerzan la compasión hacia la necesidad ajena y, como consecuencia, el recto criterio de valores ;

5) el paisaje ricamente variado, el mundo de las plantas y animales, el universo maravilloso, la naturaleza toda abren el corazón para apreciar los valores de la belleza y le llevan a entregarse al Creador de tanto esplendor ;

6) la historia, sobre todo la de sus figuras ejemplares, revive lo auténticamente humano ;

7) las obras de arte desarrollan el gusto de lo bello.

Educadores, oradores y predicadores que no hablan vigorosamente al sentimiento no tienen en general gran éxito.

## F. Conclusión

### 452. ¿Qué indicaciones generales hay que hacer por lo que mira a la formación de las facultades psíquicas?

Por lo que mira a la formación de las facultades psíquicas hay que hacer las siguientes indicaciones generales:

1) el desarrollo de las mismas no es algo complicado, sino algo que va implicado en el proceso natural de la vida,

2) hay que evitar, como malsano e inútil, toda violencia hecha a su progreso;

3) no hay que contar sólo con el daño que les causan la herencia, la falsa educación y los errores en la autoformación, sino también con la profunda herida del pecado original;

4) no es lo principal contemplar el ideal y trazar planes, sino obrar activamente;

5) todo progreso espiritual avanza despacio; no a saltos, sino paso a paso y con perseverancia;

6) la formación está asegurada esencialmente con el fiel cumplimiento de los propios deberes y una vida cristiana fervorosa.

Por el pecado original quedó el entendimiento oscurecido, la voluntad debilitada e inclinada al mal, las pasiones se fortalecieron y se insubordinaron.

El enemigo malo se apoya en la debilidad causada por el pecado de origen y los pecados personales. «Vuestro adversario, el demonio, da vueltas en torno a vosotros, como león rugiente, buscando a quien devorar» (1 Pedro 5, 8). De aquí que no baste una formación puramente natural de la personalidad.

También en la formación de la personalidad desempeña un papel importante la fidelidad en las cosas pequeñas.

### III. ADQUISICIÓN DE CONOCIMIENTOS

#### 453. ¿Qué importancia tiene la adquisición de conocimientos?

Un valioso saber vital:

- 1) enriquece la personalidad y aumenta su eficiencia,
- 2) fomenta la capacidad profesional,
- 3) destierra el aburrimiento y llena de noble satisfacción,
- 4) nos acerca a Dios.

Ciertamente, el saber solo no nos hace buenos. Puede, eso sí, ser utilizado como medio de realzar la personalidad.

La posesión de conocimientos se sobreestima en nuestros tiempos más de lo debido. Frente a esta actitud, hay que estar firmemente convencido, ya al juzgarse a sí mismo, ya a los otros, de que lo interesante son las obras y el carácter.

#### 454. ¿Qué saber es valioso?

Es valioso el saber que:

- 1) abraza los conocimientos necesarios y útiles,
- 2) es además auténtico, seguro y muy a mano,
- 3) aprovecha beneficiosamente a la vida y a la profesión,
- 4) conduce a Dios, verdad eterna.

El saber mil novedades inútiles y sin interés es lastre superfluo. El saber insuficiente e inseguro deforma; procede de la ligereza y obliga a estudiar de nuevo. Echa a perder el carácter.

«El saber a medias nos acerca al diablo.

El saber por entero nos acerca a Dios».

(F. W. WEBER, *Dreizehnlinden*)

#### 455. ¿Cuántas clases de saber se distinguen?

Se distinguen:

- 1) el saber escolar,
- 2) el saber especializado y el profesional,

- 3) la cultura general,
- 4) el saber religioso.

La adquisición del saber escolar tiene por objeto, ante todo, el ejercicio de cada una de las facultades del alma, al tiempo que pone los fundamentos de la formación general y prepara para la consecución de los conocimientos profesionales.

La capacidad en la profesión, la alegría en el trabajo y el éxito en la vida, lo mismo que la posición en la familia y en la sociedad, dependen en gran parte de la amplitud y seguridad de los conocimientos profesionales.

#### **456. ¿Qué alcance hay que atribuir a la formación general?**

La formación general:

1) introduce en los amplios y ricos dominios de la naturaleza y de la cultura,

2) ensancha, en consecuencia, la mirada y eleva el corazón por encima de las pequeñeces de cada día y de la estrechez de la vida profesional,

3) une con múltiples lazos al hombre de hoy con el de los tiempos pasados,

4) encuentra por doquiera las huellas del Creador omnipotente y omnisciente.

#### **457. ¿De qué nos debemos guardar al atender a la formación general?**

Al atender a la formación general debemos guardarnos de:

1) caer en el vicio de la lectura excesiva y en la superficialidad,

2) minar la salud con el esfuerzo excesivo,

3) abandonar el cumplimiento de los propios deberes,

4) tender a «vivir en la lejanía, cuando el bien está tan cerca»,

5) estropear el carácter con inquietudes perniciosas, y poner en peligro la salud del alma,

6) no tener en cuenta las leyes del lento desarrollo orgánicoespiritual,

7) creer que deben leerse todas las novelas y haber visto todas las películas de las que se oye hablar.

La tendencia a la cultura general ha adquirido en nuestros días, y en particular entre la juventud estudiantil, formas malasanas.

Es imposible leerlo todo. Y realmente, tampoco es necesario hacerlo. Aquí justamente basta con lo mejor. El que estudia a fondo un libro en verdad excelente y recurre a él con frecuencia, gana mucho más que si recorre ligeramente una docena de volúmenes de poco valor.

Para fomentar la formación general se requiere mucha reflexión. Hay quien emprende costosos y largos viajes y, sin embargo, no sabe todavía descubrir ni gozar de la belleza de una rosa de su propio jardín ni de la tierra natal.

En amplios dominios de la naturaleza y de la cultura, hay que contentarse con saber mantener el espíritu abierto a la contemplación: respetar todo lo auténtico, admirar todo lo grande y gozar de todo lo bello.

A muchos hombres de posición sencilla les basta perfectamente para fundamentar y cultivar una buena formación general la lectura regular y reflexiva de una bien escrita hoja dominical.

Quien no llega con el enriquecimiento del saber a la causa primera de todos los seres, y al origen de toda verdad y toda belleza, no ha llegado a la cima de la formación. En realidad, éste no se ha hecho más ilustrado, sino más pobre espiritualmente. La muchedumbre de sus conocimientos particulares se le convierte con facilidad en nube de polvo que le impide ver en su plenitud la luz de la verdad.

#### **458. ¿Qué lugar deben ocupar los conocimientos religiosos en nuestro esfuerzo de formación?**

Los conocimientos religiosos deben ocupar el primer lugar en nuestro esfuerzo de formación, pues, son los más:

- 1) excelentes por su objeto,

- 2) conmovedores por su valor afectivo,
- 3) apremiantes por su necesidad,
- 4) fructuosos por su valor constructivo.

La ignorancia religiosa es increíblemente grande en extensos círculos, aun en los de las personas cultas. Para todo se tiene tiempo y gana, menos para lo más excelso e importante.

Las verdades religiosas son comprensibles y sabrosas sólo para el que se esfuerza en vivir en conformidad con ellas. Hay que abrazarlas, no tanto por el estudio puramente intelectual, como por la meditación y oración, y por su práctica con hechos y sacrificios. Es también condición indispensable para comprender las verdades religiosas, gustarlas y apropiárselas fructíferamente, la gracia ilustrativa de Dios. Aquí se hallan las razones últimas de que la ignorancia religiosa esté tan extendida.

#### **459. ¿Cómo se adquiere el saber vital?**

El saber vital se adquiere :

- 1) dilucidando bajo todos sus aspectos y a fondo el asunto que se estudia,
- 2) saboreándolo intelectualmente, según su valor intrínseco,
- 3) estableciendo múltiples relaciones con los conocimientos ya adquiridos,
- 4) examinando el alcance filosófico y religioso de cada asunto,
- 5) grabándolo fielmente en la memoria con repeticiones adecuadas,
- 6) aplicándolo inmediatamente a la conquista de nuevos conocimientos,
- 7) haciendo que llegue a formar parte de nuestra vida, ajustando a ello nuestra conducta.

No debemos asustarnos por tantas exigencias; se realizan en cada ejercicio como por sí solas. Sólo un estudio tal como el descrito produce satisfacción. Una condición esencial es la reflexión. La prisa es el mayor enemigo de la fuerza vital del saber.

## IV. TRABAJO ALEGRE Y CAPACIDAD PROFESIONAL

### A. Trabajo alegre

#### 460. ¿Quién trabaja?

Trabaja el que, conscientemente y según un plan, ejercita sus facultades físicopsíquicas para obtener un fin, superar una tarea, cumplir una obligación.

El trabajo es lo contrario de la holgazanería, del juego, de la «ociosidad ocupada».

Trabajar exige el esfuerzo personal y el dispendio de fuerzas, cosas ambas contrarias a nuestra naturaleza. Por ello, el trabajo es una «carga».

Se distinguen:

a) producción básica, esto es, destinada a procurar las materias primas; a ella se dedican la agricultura, la economía forestal y la explotación minera;

b) elaboración de materias primas; corre a cargo de la artesanía y la industria;

c) distribución de la riqueza para el consumo: se realiza por medio del comercio y del tráfico;

d) servicios personales en favor del individuo y de la sociedad; ésta es la tarea de los eclesiásticos, maestros, médicos, empleados, sabios, artistas y también de las amas de casa y sirvientas.

#### 461. ¿En qué razones estriba la necesidad del trabajo?

El trabajo es necesario, porque es:

1) una exigencia de la naturaleza humana y, por lo tanto, del Creador: no trabajando, sufre el hombre en su condición y aptitudes;

2) un mandato expreso de Dios, que después de la caída del pecado original reviste, además, el carácter de castigo;

3) un medio indispensable para la adquisición de los bienes con que sustentar la vida, y esto tanto en relación a los individuos, como en relación a la familia y a la sociedad.

#### **462. ¿En qué radica el valor y la dignidad del trabajo?**

El valor y la dignidad del trabajo radica en lo siguiente:

- 1) continúa, por así decirlo, la obra creadora de Dios.
- 2) hace su obra tributaria del hombre,
- 3) educa al hombre de modo efectivo,
- 4) le ayuda para conseguir su último fin,
- 5) ejerce benéfico influjo en la familia, en la nación y en la Iglesia,
- 6) se ha mostrado en el curso de la historia humana como un poder beneficioso,
- 7) ha sido consagrado de modo sublime por el Hijo de Dios en la tierra con su trabajo corporal y espiritual.

#### **463. ¿De qué falsas concepciones sobre el trabajo debemos guardarnos?**

No es lícito concebir el trabajo:

- 1) cual indigno del hombre, como sucedió en la antigüedad pagana,
- 2) como su valor máximo, según afirman las enseñanzas socialistas,
- 3) cual último fin de la humanidad, como enseñan los sistemas totalitarios.

San Benito ha expresado el recto concepto del trabajo, escribiendo en su regla: «ora y trabaja».

El último fin del hombre es su descanso eterno, del que no participará, sin embargo, más que en la luz eterna del cielo.

#### **464. ¿Por qué debemos abrazar el trabajo con alegría?**

Debemos abrazar el trabajo con alegría, porque:

- 1) es una obligación moral impuesta por Dios.
- 2) su valor, interior y exterior, produce satisfacción.

3) el trabajo aceptado y realizado con alegría se hace más fácilmente y mejor,

4) el trabajo alegre beneficia la salud del cuerpo y del alma,

5) el gusto y amor con que se trabaja influye saludablemente en nuestro alrededor.

El que trabaja como aherrojado y de mala gana, no presta a sí mismo ni a los demás un buen servicio.

De la nobleza del trabajo dan testimonio la razón y la fe, las cuales nos dicen que es Dios el más alto y verdadero dador del trabajo.

## **B. Capacidad profesional**

### **465. ¿Qué se entiende por profesión?**

Se entiende por profesión la suma de tareas y actividades que:

1) se le señalan a un hombre de modo permanente en el seno de la sociedad,

2) le aseguran de ordinario la adquisición de sus medios de subsistencia,

3) le ayudan a desplegar sus aptitudes y formar plenamente su personalidad,

4) determinan su posición y valor en el seno de la familia y de la sociedad.

### **466. ¿Qué alcance tiene la profesión para el hombre?**

La profesión tiene para el hombre el máximo alcance:

1) ocupa la mayor parte de su vida y reclama la mayor parte de sus fuerzas y aptitudes,

2) influye en no menor escala en la formación de su personalidad, en su estado físicopsíquico y en su bienestar.

3) condiciona en no pequeña escala sus relaciones con Dios y con los hombres.

Los jóvenes y todos a los que corresponda deben tomar, por lo tanto, muy en serio cuanto se relaciona con la elección de la profesión y formación profesional.

#### **467. ¿Cómo debe obrar el joven al elegir profesión?**

Al elegir profesión debe el joven :

1) estar persuadido que se halla en trance de tomar una decisión de gran trascendencia para toda su vida.

2) pedir a Dios con fervor que le ilumine y asista,

3) examinar sus cualidades, fuerzas, inclinaciones y circunstancias de vida,

4) pedir consejo a sus padres y a otras personas experimentadas y benévolas,

5) considerar no tanto la inmediata ganancia como el lograr una colocación segura y adecuada para toda la vida,

6) buscar, en primer lugar, el honor de Dios y estar atento a la salud de su alma,

7) una vez elegida y emprendida la profesión, no cambiarla sin un motivo forzoso.

Fundamentalmente considerados, hay sólo dos estados de vida profundamente distintos el uno del otro: el celibato y el matrimonio. Encuadradas en ellos, están las profesiones en el sentido corriente de la palabra.

La elección de profesión es hoy muy influida por las condiciones económicas: a saber, por la posición que uno ocupa en la vida económica y en el mercado del trabajo, y por el modo, duración y costo de la formación profesional eventualmente necesaria.

El problema de los fugitivos y la postguerra han complicado monstruosamente todo lo relativo a la profesión: muchos han sido arrancados a la profesión por largos años ejercida, muchas profesiones están sobresaturadas, muchos jóvenes no son libres en la elección de profesión,

Aquel a quien incumbe la formación profesional de la juventud presta un gran servicio a ella y a la familia, a la sociedad y al reino de Dios. Tenga ante los ojos su verdadero bien y, con este designio, aúne la severidad en la formación con la bondad paciente en el trato.

#### **468. ¿Qué cosas integran la capacidad profesional?**

Integran la capacidad profesional :

- 1) un concepto claro de la profesión como tarea impuesta por Dios, como forma llena de sentido de la vida personal y como trabajo útil a la sociedad,
- 2) la participación interna en el trabajo profesional,
- 3) el firme convencimiento de su dignidad,
- 4) la claridad acerca de sus problemas y métodos,
- 5) la maestría en su desempeño, alcanzada por la práctica,
- 6) la permanente inquietud por los adelantos en el ámbito de la profesión,
- 7) la gestión bien ordenada.

Es recomendable recibir una bien orientada revista profesional que nos ponga al corriente de las cuestiones científicas, técnicas, sociales y económicas de la profesión, y proporcione sugerencias diversas para el mejor cumplimiento del trabajo.

Las chapuzas no sirven en ninguna parte.

El descontento de la propia situación se remonta a menudo a un fallo en la profesión: o no se la considera como el ideal o no se ha conseguido la maestría en su ejercicio.

El pleno dominio de los deberes profesionales satisface tanto al hombre que para no pocos es casi un sustitutivo de la religión: la profesión «llena» entonces la vida, aunque en algunos aspectos solamente.

La capacidad profesional contribuye a resolver de manera notable la cuestión social: no sólo porque asegura un ingreso conveniente, sino también, y en primer lugar, a causa de los buenos efectos psíquicos que produce para el mismo interesado, para la familia y para la parte de la sociedad a la que presta sus servicios.

#### **469. ¿Cómo se alcanza la capacidad profesional?**

Se alcanza la capacidad profesional :

- 1) teniendo siempre ante los ojos sus condiciones, y cumpliéndolas,
- 2) empleando bien el tiempo y utilizando razonablemente las propias fuerzas,
- 3) trabajando asiduamente en el perfeccionamiento de la personalidad en todos sus aspectos.

#### **470. ¿Qué debe hacer el que ha sido empujado a una profesión que no responde a sus disposiciones e inclinaciones?**

Debe hacer lo siguiente :

- 1) debe ver en ello una permisión y disposición de la providencia divina que le señala un trabajo difícil que él debe dominar con maestría,
- 2) debe dar a su vida un contenido que le asegure el sentido y la dignidad de su propia personalidad: teniendo un concepto exacto de su profesión forzosa, usando racionalmente el tiempo libre, actuando socialmente, etc.,
- 3) puede aspirar a un cambio de profesión y buscarlo, mas con prudencia; no sea que queriendo salir del lodo caiga en el arroyo.

Acerca de las ventajas de cada profesión, debemos considerar que:

- a) cada una tiene su lado bueno y su lado malo,
- b) lo decisivo para la felicidad personal no es la ganancia ni la posición social que la profesión lleva consigo, sino el espíritu con que se acepta,
- c) no sean injustamente menospreciadas las profesiones manuales con relación a las intelectuales,
- d) eso de que «cada cual es el forjador de su propia felicidad», puede decirse también del perfeccionamiento personal por medio de la profesión,

e) es esencial la postura filosófica y religiosa que se adopte respecto de ella.

La posición del trabajador se ha elevado mucho en los últimos decenios: gozan de igualdad jurídica y política, perciben salarios más elevados, disfrutan de un nivel de vida más alto, se distinguen por el recio sentido familiar que corre parejas con la tendencia al ahorro, y fomentan el sentido de asociación y autoayuda en los campos más diversos.

Hay que apoyar con todo vigor sus esfuerzos en pro de una propiedad conveniente, del afinamiento en la tierra y en el suelo, de vivienda en condiciones de habitabilidad, de la ampliación y consolidación de las bases y condiciones de existencia. Tales son los mejores medios para combatir con éxito los peligros del proletariado: a saber, el desarraigo y la lucha de clases.

Bajo todos los aspectos, debemos meditar más las encíclicas papales sobre los obreros y la cuestión social, principalmente la de León XIII *Rerum novarum* (1891) y Pío XI *Quadragesimo anno* (1931).

#### **471. ¿Cuáles son las ventajas del campesino?**

Las ventajas del campesino son las siguientes:

1) las tareas del campesino son muy apropiadas para fomentar en él el sentido del deber y de la responsabilidad, puesto que él produce, además de muchas materias primas, lo necesario para la alimentación de todos;

2) goza de una independencia económica mayor y está por lo mismo menos expuesto a novedades inconsistentes y malsanas;

3) su trabajo permanente en el pastoreo, en campos y prados le conserva el sano sentido de la realidad;

4) su íntima comunicación con la naturaleza, y su dependencia de las leyes inmutables de la misma, le obligan a dirigir su mirada constantemente al Creador;

5) de aquí que la religión se le convierta fácilmente en necesidad y cosa del corazón;

6) su género de vida se adapta mejor a la naturaleza humana que el de otras profesiones;

7) en las grandes calamidades públicas, especialmente en las guerras modernas, lo pasa mejor que la población urbana;

8) todo esto le posibilita una vida intensamente familiar con la natural alegría que proporcionan los hijos.

El campesinado está ahora en peligro. Muchas son las causas: escasez de brazos para el trabajo y, por consiguiente, exceso de trabajo y, como consecuencia, ni tiempo ni gusto por las sanas costumbres ancestrales de la aldea y de la Iglesia. Así se va desmoronando paulatinamente el dique protector contra el disolvente influjo de la ciudad.

La falta de trabajadores puede ser remediada con la mecanización. En todo caso, es asimismo importante el cultivo de una auténtica religiosidad, con el amor al sacrificio, a la sencillez y al retiro.

#### **472. ¿Cuál es la condición especial del obrero industrial?**

La condición del obrero industrial se caracteriza por lo siguiente:

1) sólo ejecuta una pequeña parte del gran proceso laboral,

2) elabora esta parte, a ser posible, sólo con máquinas,

3) tal trabajo uniforme y mecanizado deshumaniza su esfuerzo cotidiano y su vida toda,

4) le roba la conciencia de estar haciendo un trabajo fructífero en la obra total,

5) se considera como ruedecilla de un gran engranaje, expuesta a ser cambiada en cualquier momento,

6) carece, pues, de una segura base de vida para sí y su familia,

7) muchas veces no posee casa propia, habitable para una numerosa familia,

8) asimismo carece de una porción de tierra, que le invite al contacto permanente con la naturaleza,

9) así abre fácilmente su corazón al descontento para con Dios y los hombres, a la amargura, al odio contra los acaudalados, a la irreligiosidad y a la hostilidad a la religión.

#### **473. ¿Cómo puede el obrero industrial remediar su desventaja?**

Puede obrar de la siguiente manera :

1) no se entregue a la vana esperanza de que la industrialización puede ser detenida o destruída,

2) tiene que conformarse con que su actividad profesional permanezca siempre limitada,

3) adáptese comprensivamente a su trabajo parcial, considerándolo en profunda conexión con las directrices de toda la producción laboral,

4) dése cuenta de que no es más que un miembro en el proceso general del trabajo, y que todo buen obrero llena un puesto importante,

5) interésese por todas las profesiones y siéntase unido a ellas en el desempeño de una tarea común,

6) reconozca en su trabajo parcial una tarea obligatoria que la divina providencia le ha asignado,

7) trate de seguir siendo un hombre con personalidad propia, mediante la vida ideal en la familia, atento contacto con la naturaleza, buenas lecturas y participación en el movimiento cultural,

8) practique, ante todo, una piedad sana y cultive una fervorosa actividad religiosa, a fin de que su vida profesional y extraprofesional merezca las bendiciones que Dios tiene prometidas en este mundo y en el otro a los que le sirven.

**474. ¿Qué impresión general hemos recibido de las consideraciones acerca del problema de la formación de la personalidad?**

Ésta :

1) sin una genuina religiosidad no se solucionará problema alguno referente a la formación de la personalidad en su sentido pleno,

2) al contrario, con ella se resolverán todas las cuestiones esenciales y en su mayor parte las secundarias.

«La piedad es útil para todo» (1 Tim 4, 8).

## *Capítulo décimoctavo*

# PRINCIPALES OBLIGACIONES DEL CRISTIANO EN EL MUNDO

## I. GENERALIDADES SOBRE LA OBLIGACIÓN QUE TIENE EL SEGLAR DE ASPIRAR A LA PERFECCIÓN CRISTIANA

### **475. ¿De qué debe estar el fiel cristiano profundamente persuadido?**

El fiel cristiano tiene que estar profundamente persuadido de que:

1) él también es llamado por Dios a la perfección cristiana,

2) por lo mismo, puede y debe alcanzarla con la gracia de Dios y el propio esfuerzo.

Nada más absurdo y funesto que opinar que la obligación de tender a la perfección y la posibilidad de lograrla quedan reservadas a los sacerdotes y religiosos. Insistentemente recuerda Pío XII a los seglares «que también ellos pueden con la benevolencia y ayuda de Dios elevarse a la más alta santidad» (Encíclica sobre el Cuerpo Místico).

Llama poderosamente la atención el hecho de que en nuestro tiempo, cabalmente, florece la santidad en los círculos laicales, produciendo sazonados frutos. Ninguna edad, ni sexo, ni pueblo, ni estado, están excluidos.

Afirmar que nada le va a uno con la perfección cristiana es un error muy peligroso; o mejor dicho, es engañarse a sí mismo.

#### **476. ¿Cuándo es perfecto el fiel cristiano?**

El seglar es perfecto :

1) amando a Dios de todo corazón, sobre todas las cosas, y al prójimo como a sí mismo,

2) practicando escrupulosamente los otros mandamientos de Dios y los preceptos de la Iglesia,

3) cumpliendo fielmente las obligaciones del propio estado en el matrimonio, en la familia, en la profesión y en la vida pública,

4) llevando su cruz con paciencia,

La observancia de los mandamientos de Dios es la base sólida y necesaria de toda vida espiritual, dentro y fuera del convento.

Criterios seguros de la bondad de nuestras aspiraciones a la perfección son la práctica del amor al prójimo, enjuiciándolo bien, tratándolo con benevolencia, callando sus faltas, soportándolo, educándolo y ayudándolo, el exacto cumplimiento de las obligaciones que sobre nosotros pesan y el combatir seriamente nuestra pasión dominante.

Dondequiera que estos criterios den resultado negativo, la vida espiritual es manca, enclenque y sospechosa.

#### **477. ¿En qué se distingue la vida del seglar en el mundo de la del religioso en el convento?**

Se diferencia en que el seglar :

1) no se obliga a los tres votos evangélicos de pobreza, obediencia y castidad,

2) no puede entregarse de ordinario tan continua y enteramente a los ejercicios de piedad,

3) está expuesto de muchas maneras a los mayores peligros del alma.

**478. ¿Cómo puede el fiel cristiano contrarrestar estas desventajas?**

El fiel cristiano puede hacerlo :

- 1) ejercitando, según su estado, las virtudes correspondientes a los tres votos religiosos,
- 2) señalando a los ejercicios piadosos suficiente espacio, mediante un horario adecuado,
- 3) de modo especial, participando con frecuencia en la Misa y Comunión,
- 4) dirigiendo al servicio divino, con rectitud de intención y recogimiento, todas las obras del día,
- 5) tratando de evitar las diversiones inútiles y peligrosas.

**479. ¿Cómo puede cumplir el seglar los tres votos evangélicos?**

Puede y debe :

- 1) practicar la pobreza por el desasimiento interior de los bienes terrenos y por la aceptación animosa de su pérdida,
- 2) guardar la castidad que corresponda a su estado de soltero o casado,
- 3) ejercitar la obediencia, con voluntaria sujeción a los superiores legítimos y con benevolente solicitud para con sus subordinados.

**480. ¿De qué principios no se ha de dejar extraviar el cristiano?**

No ha de dejarse extraviar por los principios siguientes :

- 1) «la ascesis medieval y conventual no se acomoda a nuestros tiempos»,
- 2) «hay que simplificar la vida espiritual».

En ambos principios hay algo muy legítimo; mas no se debe matar la gallina para sacar el huevo.

La quintaesencia de la ascesis «medieval» y «conventual» se funda en la revelación y en las leyes de la vida espiritual. De aquí que valgan para todos los tiempos y para todos los hombres. Las formas pueden ser otras, su empleo está sujeto a variaciones. No puede exigirse a un seglar que lleve la vida de un religioso en su convento. Mas tampoco es lícito arrancar las piedras fundamentales del edificio espiritual, pues se hundiría irremediamente. Así, pues, también para los fieles tienen alcance trascendental las enseñanzas sobre la vida de oración, el examen de conciencia, el conocimiento de sí mismo, las virtudes y los vicios.

El otro principio de que «hay que simplificar la vida espiritual» puede entenderse legítimamente en el sentido de que no es preciso sobrecargarse con todos los ejercicios piadosos posibles, que conducirían fácilmente a la tensión, agotamiento y fastidio espirituales. Mas no por ello hay que disimular que el conjunto de medios que ayudan al progreso espiritual y las virtudes teologales y morales constituyen por sí mismas un sistema muy rico en mandatos e instrucciones. Esto no excluye la «sencillez». Sólo que no es lícito procurarla borrando todas estas exigencias e instrucciones, incluso las más pequeñas, sino empleándolas de tal suerte que se transformen en una segunda naturaleza. Entonces no parecen una «carga» o una «coacción» o un «freno», sino un «sostén» y una «ayuda» oportunos. Sucede en esto lo que con la lengua materna. ¡Cuán extraordinariamente complicada es, con sus miles de palabras, su legión de reglas y excepciones! Lo advierten los extranjeros que hacen sus primeros ensayos en ella. A nosotros, en cambio, se nos ofrece como algo muy sencillo. Es el resultado de los muchos y continuados ejercicios que hemos realizado desde la más tierna edad. Conversar en ella es una alegría y un recreo. De igual modo hay que aspirar a la simplificación de la vida espiritual, ejercitándose constantemente en ella. Los Santos, con sus muchos propósitos particulares y su multitud de ejercicios piadosos, que los ocupaban todo el día, no se sintieron cohibidos ni trabados por semejante «sistema», sino libres y empujados a las alturas.

Dar con el justo medio es cuestión de prudencia personal y dirección espiritual.

Aquel a quien, por la frecuente práctica, se le convierten las prescripciones de la vida espiritual en una segunda natu-

raleza, se arregla, a medida que más se eleva, con menos normas cada vez. La mayor parte de lo que hace le resulta espontáneo. Por último, parecele que la vida espiritual está dirigida sólo por unos pocos principios fundamentales.

Es aconsejable colocar anticipadamente toda la vida espiritual bajo un ideal brillante y cautivador. Esto sucede con el «pequeño secreto» (algo así como la dirección que se imprime a la vida por estas o semejantes jaculatorias: «Jesús, yo te amo» o «Jesús, quiero complacerte») y con la elección del «ideal personal» (por ejemplo, con una resolución que afecta a toda la vida: «Vivir pendiente de la mano de mi madre»). Esto no dispensa, sin embargo, de dar cada uno de los pequeños pasos de la vida espiritual.

«El espíritu sopla donde quiere» (Ioh 3, 8). Óbrense siempre con libertad de espíritu. Para los seglares es de suma importancia tener no sólo confesor fijo, sino también un buen director espiritual, al que se pueda consultar en las cosas importantes.

#### **481. ¿Qué ejercicios piadosos debe practicar principalmente el cristiano ferviente?**

El cristiano ferviente debe:

- 1) estar dominado de una idea religiosa fundamental,
- 2) hacer sus oraciones diarias con toda calma y devoción,
- 3) en cuanto le sea posible, asistir a la santa Misa y recibir la Comunión todos los días,
- 4) vivir siempre en la presencia de Dios y unirse a Él con frecuentes jaculatorias,
- 5) tener a diario lectura espiritual,
- 6) teniendo la oportunidad de hacerlo, visitar al Santísimo Sacramento.
- 7) rezar el Rosario o hacer el Vía crucis con la frecuencia posible,
- 8) hacer todas las noches el examen de conciencia,
- 9) consagrar los domingos y días festivos al Señor, al alma y a la familia,

- 10) hacer un día de retiro espiritual al mes,
- 11) hacer los ejercicios espirituales una vez al año.

Con buena voluntad se va muy lejos.

El tiempo y la fuerza que se consagran a Dios y se emplean en cosas del alma, rentan buenos intereses. «Todo resulta con la bendición de Dios». El alma temerosa de Dios economiza mucho tiempo evitando conversaciones inútiles, lecturas sin valor y pasatiempos contraproducentes.

El que no pueda oír Misa en días de trabajo, recójase espiritualmente en sí mismo y haga la Comunión espiritual.

El apóstol de la piedad seglar es San Francisco de Sales (1567-1622). En su «Filotea» o «Introducción a la vida devota» expone la posibilidad, la manera y el modo de llevar una vida profundamente cristiana en medio del tráfigo del mundo. Sus escritos, en especial el mencionado opúsculo, deben estar siempre en nuestras manos. Tienen valor universal.

El que se da fervorosamente a ejercicios de piedad, debe esforzarse asimismo, con diligencia, en cumplir sus obligaciones familiares, profesionales y cívicas. Esto esperan de él Dios, la Iglesia y el mundo mismo, éste incluso con mayor rigor. Ser piadoso en la iglesia y descuidado en el cumplimiento del deber es caricaturizar la vida cristiana.

## II. OBLIGACIONES Y TAREAS ESPECIALES DEL CRISTIANO

### **482. ¿A qué campos se extienden las obligaciones especiales del cristiano?**

Se extienden:

- 1) al estado del matrimonio,
- 2) al noviazgo,
- 3) a la familia,
- 4) al celibato,
- 5) a la vida pública.

Es de interés fundamental para el cristiano tener un conocimiento claro de estos estados. Las indicaciones que siguen completan esencialmente lo dicho sobre la vida espiritual en

sentido estricto. Nos enseñarán a transformarnos realmente en cristianos perfectos.

También los religiosos deben poseer un conocimiento fundamental de ello. Por su desarrollo personal y por parentesco están en estrechas relaciones con estos estados. Sobre todo los que se ocupan en la cura de almas, el cuidado de enfermos y educación de la niñez y juventud, deben tener ideas claras sobre los mismos.

## **A. El estado del matrimonio**

### **483. ¿Qué es el matrimonio cristiano?**

El matrimonio cristiano es la comunidad de vida íntima, indisoluble, querida por Dios y santificada por el sacramento, entre un hombre y una mujer.

### **484. ¿En qué consiste la dignidad del matrimonio?**

La dignidad del matrimonio consiste en que:

- 1) ha sido instituido por Dios,
- 2) ha sido elevado a sacramento por Jesucristo,
- 3) es una imagen de la unión de Cristo con su Iglesia,
- 4) se le han confiado tareas importantísimas.

En la Sagrada Escritura se lee: «Luego (después de la creación de Adán) dijo el Señor: No es bueno que el hombre esté solo; hagámosle ayuda semejante a él. ... Por tanto, el Señor Dios hizo caer sobre Adán un profundo sueño; mientras estaba dormido, le quitó una de las costillas y llenó de carne aquel vacío. Y de la costilla aquella que había sacado de Adán, formó el Señor Dios una mujer, la cual puso delante de Adán. Y dijo Adán: esto es hueso de mis huesos y carne de mi carne; ha de llamarse hembra, porque del hombre ha sido sacada. Por cuya causa dejará el hombre a su padre y estará unido a su mujer y los dos vendrán a ser una sola carne...» (Gen 2, 18-25).

Adán y Eva fueron creados por Dios en cuanto al cuerpo y al alma y, en verdad, a imagen suya. Por ello el hombre y la mujer son esencialmente iguales en dignidad.

Adán, empero, fué creado inmediatamente por Dios, Eva formada de una costilla del hombre. Esto establece por una parte, un parentesco físico entre ambos y por otra una subordinación de la mujer al hombre, de la que habla San Pablo con tanta frecuencia (1 Cor 11, 3; Eph 5, 22 s; Col 3, 18). Mas esta subordinación tiene un sello íntimo, algo así como la del niño al padre.

Cristo revistió el matrimonio de la dignidad de sacramento, probablemente en las bodas de Caná.

«Vosotros, maridos, amad a vuestras mujeres, así como Cristo amó a su Iglesia y se sacrificó por ella. ... Sacramento es éste grande, mas yo hablo con respecto a Cristo y a la Iglesia» (Eph 5, 25-32).

#### **485. ¿Qué tareas ha confiado Dios al matrimonio?**

Los casados deben, por mandato de Dios:

1) protegerse y ayudarse mutuamente en la lucha de la vida,

2) contribuir al mutuo perfeccionamiento de sus respectivas personalidades,

3) asegurar la conservación y propagación del género humano y del reino de Dios en la manera por Él dispuesta.

De todo esto se sigue que el matrimonio cristiano es en sí mismo algo sublime y santo. No es católico creer que es inherente al matrimonio una cierta indignidad. Lo cual no quiere decir que la virginidad no sea en sí misma mejor, según la fe católica, que el estado del matrimonio (1 Cor 7, 38). Sin embargo, no todos son llamados a ella (1 Cor 7, 7). También en el estado del matrimonio se puede y se debe aspirar a alcanzar la cima de la perfección.

El pecado original, que influye funestamente en todos los ámbitos de la vida humana, no respeta tampoco la santidad del matrimonio. Y precisamente sobre él pesan sensiblemente, a menudo, sus graves consecuencias.

## 486. ¿Qué efectos causa el sacramento del matrimonio?

El sacramento del matrimonio causa los siguientes efectos:

- 1) aumenta, en quienes dignamente lo reciben, la gracia santificante,
- 2) concede a los esposos gracia que los ilumine y ayude en el cumplimiento de las obligaciones de su estado,
- 3) santifica sus relaciones establecidas por Dios.
- 4) hace indisoluble su unión.

La gracia adyuvante del sacramento abraza la vida matrimonial en toda su hondura y anchura, permaneciendo hasta la muerte.

El que, conscientemente, recibe el sacramento del matrimonio en pecado mortal, comete un sacrilegio. El que tenga un pecado mortal en el alma, debe borrarlo antes de la boda. En este caso, hay que aconsejar con insistencia la confesión, pero basta un acto de contrición perfecta.

Si se ha recibido el sacramento del matrimonio en estado de pecado grave, por lo tanto indignamente, no se recibe la gracia del sacramento hasta tanto que no se vuelva a la amistad de Dios con una buena confesión.

El sacerdote asistente al matrimonio no es su ministro. Ministro y sujeto del sacramento son siempre los mismos novios.

Todo matrimonio contraído válidamente entre bautizados es un sacramento, y por ende indisoluble cuando se ha consumado, lo crean o no los casados.

La razón última de la indisolubilidad del matrimonio es su condición de sacramento. Mas también por ley puramente natural es indisoluble el lazo matrimonial. Aquí, sin embargo, hay excepciones; nunca, empero, en el matrimonio cristiano cuando ha sido consumado.

El así llamado por la Iglesia divorcio no es más que la declaración de que el matrimonio no fué válidamente contraído. La Iglesia sólo concede por motivos graves «la separación de mesa y lecho».

Porque el matrimonio es muy importante para los individuos y para el género humano, la Iglesia católica rodea su conclusión con una red de saludables mandatos: establece los

impedimentos «impedientes» del matrimonio que hacen las nupcias ilícitas, mas no inválidas, y los «dirimientes», que las hacen también inválidas. Además, regula minuciosamente la celebración de la boda.

#### **487. ¿Qué trascendencia tiene el lazo matrimonial para el perfeccionamiento de la personalidad de los casados?**

Tiene el siguiente importante significado:

- 1) desarrolla, perfeccionándolas, las cualidades propias de cada sexo,
- 2) completa las peculiaridades unilaterales de uno con las ventajas del otro,
- 3) conduce a la pareja humana, como una unidad, a la armonía completa,
- 4) les da apoyo, protección y ayuda en las diversas circunstancias de la vida y, por lo mismo, calma y seguridad para el cumplimiento de las tareas propias de su estado.

El hombre se distingue por su pensamiento claro y lógico y por su voluntad consciente de lo que quiere. Su pensar y su obrar van enderezados principalmente a los intereses generales y a la vida pública.

Más propios de la mujer son la intuición y una afectividad rica y profunda. Su pensamiento y su amor van al hombre único, a su marido; sus cuidados a la familia y a la casa.

Por la comunidad de vida, permanente y estrecha, y por la unión en la prosperidad y en la desgracia, tórnase el hombre más viril y la mujer más femenina. Con las recíprocas atenciones llenas de cariño se suavizan sus cualidades unilaterales y se corrigen sus defectos. De aquí brota una beneficiosa semejanza y complemento de las personalidades de ambos, una dualidad armoniosa y fructífera. Éste es el ideal que opera en el hombre de alma noble, de un modo natural e inconsciente, pero que también debe afirmarse y anhelarse conscientemente.

¡Cuán desamparado queda el varón al perder a la compañera de su vida! ¡En qué situación, tan dificultosa, se en-

cuentra la mujer a quien la muerte arrebató el marido! No rara vez llegan a conocer perfectamente su mutuo valor sólo cuando la muerte los ha separado.

#### **488. ¿Cómo deben comportarse los casados en momentos de discordia?**

Los casados deben en los momentos de discordia:

1) examinarse con humildad y lealtad, para ver si son ellos los culpables y en qué medida, corrigiéndose como corresponda,

2) soportarse mutuamente con caridad fraterna, perdonando las faltas cometidas,

3) recurrir a la oración y a una vida sinceramente cristiana,

4) evitar con prudente habilidad que se prolonguen las disensiones,

5) considerar que la separación legal empeora muchas veces el cariz de la cuestión,

6) mirar por los hijos, cuyo desarrollo y porvenir quedan gravísimamente perjudicados con semejantes conflictos,

7) no apartarse a ningún precio de los mandamientos de Dios,

8) allanarse a lo inevitable, sobrellevando con valor cristiano las pruebas permitidas por Dios.

Pocos matrimonios hay en los que ni una vez siquiera haya surgido una crisis seria. Las causas pueden ser muchas: orgullo no domado, obstinarse en querer tener siempre razón, egoísmo desconsiderado, frivolidad irreflexiva, prodigalidad irresponsable, acicalamiento excesivo, sensualidad desenfrenada, embriaguez incorregible, sensibilidad exagerada, celos enfermizos, defectos notables en la actividad profesional, negligencia continuada y desorden en la manera de dirigir la casa.

Las más de las veces la culpa recae sobre ambas partes.

Silencio cariñoso, ceder con prudencia, explicarse con calma, olvidar cristianamente, cuidar mancomunadamente de los hijos, son cosas que ayudan a pasar por encima de muchas dificultades.

Uno de los medios de unión más importantes es cultivar en común la más profunda religiosidad. Muy eficaz es la devoción al Sagrado Corazón de Jesús. Este deífico Corazón prometió a Santa Margarita María Alacoque: «Yo enviaré la paz a las familias que me veneren... Yo bendeciré las casas en las que la imagen de mi corazón sea colocada y venerada».

Si se llegara, por cualquier motivo, a la separación de los esposos en cuanto a la comunidad de vida externa, no puede ninguno de los dos, como es natural, contraer o intentar contraer otro matrimonio. Su unión permanece válida, sólo la muerte puede disolverlo.

El desacuerdo serio y continuado en el matrimonio es una de las mayores cruces de la vida terrena. Quien, sin culpa propia, recibe de la providencia divina tal cruz sobre las espaldas, sóportela con cristiana paciencia, busque sólo en Dios consuelo, y perdone generosamente al culpable o a los culpables. Dificultades extraordinariamente grandes fueron parte para que no pocos Santos practicasen virtudes heroicas.

## **B. El noviazgo**

### **489. ¿Qué deben tener en cuenta los que se preparan al matrimonio?**

Los que se preparan al matrimonio deben:

- 1) penetrarse profundamente de la dignidad y santidad del matrimonio,
- 2) considerar su proyecto como muy importante para sí y para toda su vida,
- 3) proceder prudentemente en la elección de compañero o compañera de la vida,
- 4) comprender y realizar rectamente la finalidad del noviazgo.

### **490. ¿Quién puede empezar el noviazgo?**

Puede empezar el noviazgo:

- 1) el que tiene serio propósito de contraer matrimonio en breve.

2) el que considera si se cumplen en él y en el ambiente de su vida las condiciones, internas y externas, previas al noviazgo.

El joven de sentimientos elevados busca a la joven para hacerla feliz con su personalidad completa y bien formada y su capacidad profesional. La joven buena, sin proponérselo, atrae por sus cualidades femeninas de amor a la vida casera, de pureza, de hondura de sentimientos, sentido del orden y de la belleza y por su índole piadosa.

Los amoríos proceden de la superficialidad. Los jóvenes buenos los consideran dañosos.

No hay que reprobar las sencillas entrevistas de los novios en el ambiente de sus familias. Se alejan los peligros y se les ofrece la ocasión de conocerse para el futuro.

De aquí que hayan de evitarse los noviazgos largos. Condiciones importantes para contraer rápidamente matrimonio son la edad, la posibilidad de salario asegurado, buenas condiciones de vivienda. Hoy día hay que contentarse muchas veces, para empezar, con una modesta vivienda.

No tiene justificación un noviazgo que se mantiene secreto a los padres y al sacerdote. Si las relaciones son frívolas, debe renunciarse a ellas; si son formales, están de acuerdo con la prudencia cristiana y son algo bueno que no hay por qué ocultar.

#### **491. ¿A qué se debe atender en la elección del compañero de la vida?**

En la elección del compañero de la vida hay que atender a que:

- 1) sea católico convencido y practicante,
- 2) goce de salud física y psíquica,
- 3) no esté gravado por ninguna tara hereditaria,
- 4) posea buena fama,
- 5) se distinga por un carácter noble, tratable y firme,
- 6) contribuya con su actividad profesional o el trabajo casero al medro material y a la felicidad común.

Motivos puramente sensuales conducen fácilmente a la desgracia del alma y a menudo también a la temporal.

Las circunstancias de posición social y de fortuna deben ser prudentemente pesadas, mas no deben ser decisivas.

#### **492. ¿En qué situación están los novios con relación a sus familias?**

Los novios están con relación a sus familias en la siguiente situación:

1) permanecen hijos de sus padres y hermanos de sus hermanos, ligados, por tanto, a ellos con las obligaciones del amor;

2) se establece una relación nueva para con ellas desde el momento que se preparan a fundar un hogar independiente;

3) deben superar en el espíritu del cuarto mandamiento las situaciones tirantes que de aquí se originen.

El impulso a la independencia y su realización se fundan en el desarrollo de la personalidad del joven y en toda la situación de su vida: son, en sí mismos, sanos e incluso necesarios. Los padres deben mirar con satisfacción la tendencia de sus hijos y arreglar su conducta en conformidad con la nueva situación. Ya no deben ser tanto «superiores» como «amigos» de sus hijos. No adoptando esta actitud, los padres dañan la estructura del carácter de sus hijos; los amargan y se alejan de ellos o les quitan una fuerza valiosa de desarrollo: el impulso a la afirmación de la personalidad, haciéndoles, con ello, inhábiles para la vida.

El desligamiento gradual de los hijos con relación a su familia, a medida que van creciendo, constituye para los padres muchas veces una dolorosa experiencia. Hagan el sacrificio por delicada atención para con el joven.

A veces se deslizan en el corazón de los padres una especie de celos avarientos, que querrían guardar para sí al hijo y no sufren de buen grado que éste trate a ninguna otra persona. El que gana el corazón de su hijo, aunque con la mejor y más pura de las intenciones, es considerado como enemigo. Hay que guardarse de tales sentimientos e inclinaciones. No rara vez son

fuente de roces, que perdurarán toda la vida, entre suegros y yernos.

Los jóvenes deben ser comprensivos para con sus padres. Justamente en esta importante época de la vida deben sentirse obligados por el cuarto mandamiento al respeto y amor hacia aquellos que les han dado la vida. Guárdense de un falso concepto de independencia, propasándose, por ejemplo, a quebrar la calma y paz de la familia volviendo tarde por la noche. Defiendan sus justificados intereses de buenos modos, nunca de forma violenta. Consideren a sus padres como sus mejores «amigos» y confíen gustosamente en ellos.

Se necesita, sobre todo, mucho tacto la primera vez que los jóvenes hablan de su nuevo amor. Los padres deben tomarlos en serio y demostrarles benévolamente su paternal simpatía. La primera entrevista con su futuro yerno o futura nuera es con frecuencia decisiva para toda la vida, según domine en ella cordial armonía o penosa disconformidad.

Si los hijos, ya mayores, van por el camino que les conduce a la infelicidad, es grave obligación de los padres tratar, por todos los medios a su alcance, de retirarles del abismo. Acuérdense, pues, de que el amor verdadero, acompañado de paciencia, es su fuerza más poderosa. Y no dejen de recomendar a Dios nuestro Señor su gran deseo en la oración.

#### **493. ¿En qué radica el sentido del noviazgo cristiano?**

El sentido del noviazgo cristiano radica en:

- 1) ofrecer a los jóvenes la última oportunidad para examinar si congeniarán mutuamente en la vida de matrimonio;
- 2) impulsarlos a perfeccionarse, por delicadeza mutua, en todos los aspectos: del carácter, de la profesión y religiosomoral, a fin de regalarse recíprocamente el día de la boda una rica personalidad;
- 3) ahondar el amor recíproco en su aspecto espiritual;
- 4) fortalecer el mutuo respeto.

Cuando se pierde el mutuo respeto, fallan las relaciones en un punto esencial. El respeto es el fundamento de toda sociedad.

Se opone a tal respeto entrevistarse a solas y sin testigos. Quebrantar esta exigencia conduce fácilmente al derrumbamiento del más alto ideal.

Si falta el afán de enriquecerse internamente y hacerse más capaz en la propia profesión en atención a la persona amada, el noviazgo está muy distante del ideal.

Los novios deben pedir el uno por el otro y recibir juntos con frecuencia los Santos Sacramentos, y permanecer fieles a las asociaciones religiosas a las que pertenecen.

Es muy de aconsejar que tomen parte en conferencias pre-matrimoniales y ejercicios espirituales para novios.

#### **494. ¿Cómo deben los novios preparar la boda?**

Los novios deben :

1) presentarse unas semanas antes al párroco, a fin de cumplir sin prisas las prescripciones eclesiásticas ;

2) hacer, pocos días antes de la boda, confesión general ;

3) mantener en los debidos límites la parte profana de la boda, preparándola de modo que no turbe la tranquilidad de sus almas ;

4) pasar los últimos días antes de la boda en el recogimiento y la oración.

Desea la autoridad eclesiástica que no se elija el sábado para la celebración del matrimonio, a fin de que con los subsiguientes festejos no peligre la santificación del domingo. Cabelmente, el primer día del matrimonio debe pertenecer en todo y por todo a Dios.

### **C. La vida de familia**

#### **495. ¿Qué es la familia cristiana?**

La familia cristiana es la unión conyugal, santificada por el sacramento, dilatada con la bendición de los hijos.

El mismo Creador confió al matrimonio legítimo la conservación y multiplicación del género humano y del reino de Dios. «Creced y multiplicaos y llenad la tierra» (Gen 9, 2).

El bienestar de los pueblos y de la Iglesia depende de la salud corporal, espiritual, moral y religiosa de la familia.

#### **496. ¿Con qué sentimientos deben los padres recibir a los hijos que Dios les envíe?**

Los padres deben recibir a los hijos que Dios les envíe:

1) conscientes de su responsabilidad, preparándoles una valiosa herencia físicopsíquica,

2) con respeto, como cometido que Dios les ha señalado,

3) con amor a sus hijos e hijas, a los cuales pertenece todo su corazón,

4) con alegría, como a nuevo vínculo de su amor recíproco,

5) con la decisión de educarlos para hacerlos hombres completos y buenos cristianos.

Lo que los padres comunican a los hijos es una parte orgánica de su personalidad físicopsíquica. Esta parte penetra, en su desarrollo, todas las células del cuerpo del hijo, significando para él la bendición o la maldición, a menudo para toda la vida.

También las propiedades características se transmiten, al menos indirectamente, sobre el soporte corporal.

¡Qué motivo tan poderoso para obligar a los padres a trabajar incesantemente en su total perfeccionamiento! La atención al bien de los hijos y de toda la familia es una palanca sobremanera potente y de permanente eficacia para la propia formación.

El deber de la autoformación se prolonga a lo largo de toda la vida de matrimonio. Y empieza el día de la boda. La personalidad va sazónándose a largos plazos y con ardorosos esfuerzos. Los novios, y antes los jóvenes adolescentes e incluso los niños, tienen la responsabilidad de los hijos que el Creador un día les confiará.

Así la familia irradia en todos sentidos obligaciones que se aceptan sin embargo con gusto y, por así decirlo, como por instinto. La familia, pues, se muestra como fuerza de primer orden para la educación y autoformación.

#### **497. ¿Cómo deben comportarse los padres cristianos en cuanto al número de hijos?**

Los padres cristianos deben comportarse de esta suerte:

- 1) no rehusen hijo alguno por modos ilícitos,
- 2) estén convencidos de que cada hijo trae consigo la bendición de Dios,
- 3) verán por experiencia que el creciente número de hijos no aumenta la inquietud, sino que la aminora,
- 4) estén ciertos de que los hermanos numerosos son los mejores educadores los unos de los otros,
- 5) consideren que cada niño está destinado a ser hijo de Dios y heredero del cielo.

Las familias normales cuentan de cuatro a nueve hijos.

«Muchos hijos, muchos Padrenuestros, muchas bendiciones de Dios, mucha alegría». La experiencia universal hace bueno este adagio.

Los hijos únicos o las parejas de hermanos son muy difíciles de educar.

Cada hijo que Dios regala a la madre pone en movimiento todas las energías de su vida. Contribuye a su salud y a su fortalecimiento.

La fecundidad de un pueblo es, con razón, la medida de su alta moralidad.

Los sacerdotes y religiosos proceden de ordinario de familias numerosas.

Rehusar por modos ilícitos un hijo es un pecado grave. Pecado que echa a perder el carácter, debilita los fuertes instintos del amor de madre y padre, perjudica no rara vez el sistema nervioso y la salud física de los padres y compromete la vida de toda la familia.

Cometer sistemáticamente pecados mortales constituye un muy serio peligro para la salud del alma.

El que ama con todo el corazón al hijo que Dios le ha regalado y en él pone toda su alegría, puede estar cierto de que experimentará resultados tan satisfactorios en los otros hijos que llegaren.

Nada hay más opuesto a la actitud ideal del alma de los padres que el egoísmo y el horror al sacrificio. Sus obligaciones de estado son darse, sacrificarse, olvidarse de sí mismos. Aquí está su grandeza y al mismo tiempo su íntima felicidad.

#### **498. ¿Cuáles son los fundamentos de una feliz vida de familia?**

Los fundamentos de una feliz vida de familia son :

- 1) sincero respeto mutuo,
- 2) amor recíproco, pronto al sacrificio,
- 3) observancia puntual de un horario adecuado,
- 4) fiel cumplimiento de los deberes por parte de todos sus miembros,
- 5) sincera y sana religiosidad.

El modelo más excelso de familia cristiana es la Sagrada Familia de Nazareth.

Los esposos deben tratarse respetuosamente entre sí, y otro tanto deben hacer los padres y los hijos.

El respeto debe exteriorizarse con una cortesía franca, sin fingimientos, sincera. Las formas sociales tienen para los individuos y para la familia una importancia inapreciable. El exterior refleja el interior.

El cariño transforma la casa en un paraíso. Ayuda, soporta, perdona.

No puede ocultarse el amor en el corazón, debe mostrarse en los hechos y en la conducta.

Trátese con especial amor y cuidado a los enfermos y ancianos.

Señale el horario del día la hora de levantarse, la de las comidas, del trabajo, de las recreaciones, de los actos de piedad y del descanso. Su cumplimiento voluntario asegura una jornada sin roces ni conflictos. El ejemplo de los padres es decisivo.

El cumplimiento de los deberes profesionales, la buena dirección de la casa y la educación de los hijos fomentan el benéfico sentimiento de correspondencia mutua y permiten mirar con calma el porvenir.

La religión une a los miembros de la familia con Dios y, como consecuencia, entre sí muy fuertemente.

Las oraciones de la mañana y de la noche y la bendición de la mesa háganse en común y en voz alta. Una lectura piadosa en común por la noche y el rezo de una parte del Rosario derraman una bienhechora atmósfera supraterránea. Celébrese el domingo como día del Señor, del alma y de la familia. La frecuente recepción de los Santos Sacramentos pertenece a las leyes fundamentales de la familia. Procúrese vivir en íntima unión con la Iglesia en el curso del año eclesiástico.

#### **499. ¿Qué principios se han de tener presentes en la educación de los hijos?**

La educación de los hijos:

- 1) empieza el día de su nacimiento y se prolonga por toda la niñez y juventud,
- 2) se debe acomodar a su edad y problemas personales,
- 3) sea siempre cariñosa y firme a la vez,
- 4) se hace más con el ejemplo de los padres que con las palabras,
- 5) deja lugar cada vez más a la autoeducación de los jóvenes.

Los padres ejercen un influjo muy fuerte y permanente con un amor bien entendido.

No deben poseer sólo este amor, sino también manifestarlo. «Haceos amar y haceos — en buen sentido — temer», solía advertir el genial apóstol de la juventud San Juan Bosco a sus colaboradores. Esto vale asimismo para los padres.

No debe fundarse su autoridad en su «fuerza» y «poder» ni en los medios represivos, sino en el suave influjo de su personalidad. Su mera presencia debe bastar para mantener a los hijos en orden y en el recto camino.

Los padres harán bien leyendo y releendo — a ser posible en común — un tratado sobre la educación de los hijos, apropiado a la vida de familia <sup>1</sup>.

### **500. ¿Cuáles son las principales exigencias que plantea a los padres cada etapa de la juventud?**

Exigen :

- 1) la primera niñez, amor pródigo en cuidados,
- 2) la edad escolar, inteligente colaboración con el colegio y la Iglesia,
- 3) la edad de la pubertad (15 - 17 años), exquisito miramiento para no herir el pundonor del adolescente,
- 4) la fase positiva de madurez (17 - 21 años), prudente respeto a las aspiraciones de independencia.

Los padres y educadores nunca den por terminada su tarea; cada día puede traer aparejada su sorpresa. Procuren, pues, mantenerse en vigilante contacto con cada uno de sus hijos.

## **D. El cristiano célibe en el mundo**

### **501. ¿Qué debe hacer especialmente el cristiano que vive célibe en el mundo?**

El cristiano que vive célibe en el mundo debe :

- 1) abrazar y practicar el celibato a la luz de la fe,
- 2) evitar los escollos peculiares de su sexo,
- 3) con tal fin, ocuparse en obras sociales,
- 4) estar pronto a servir con gusto a la sociedad.

El hombre célibe está en peligro de caer en el egoísmo; a la mujer soltera le acechan los peligros de desviación de la afectividad.

Medite el célibe a menudo la preeminencia de la virginidad (§ 427).

---

1. Véase la obra del autor *La educación del niño y del adolescente*, Herder, Barcelona, 1955.

Es de ordinario recomendable que el célibe desarrolle su actividad social y pública en el cuadro de una asociación, con dependencia o de acuerdo con el párroco o sacerdote, y en activo contacto con los de iguales sentimientos. Es arriesgado vivir únicamente para sí mismo.

## **E. El cristiano en la vida pública (Acción Católica)**

### **502. ¿Cuáles son las tareas del cristiano en relación a la vida pública?**

El cristiano debe en la vida pública :

- 1) confesar virilmente su fe,
- 2) vivirla con fidelidad,
- 3) trabajar celosamente en su mantenimiento y expansión.

Estas exigencias están comprendidas en el concepto de «Acción Católica».

### **503. ¿Qué es Acción Católica?**

Acción Católica es la actividad mancomunada de los fieles con el clero, y en subordinación a él, para la realización de la tarea esencial de la Iglesia: la sumisión espiritual de la humanidad, en todas sus capas sociales y bajo todos los aspectos, al señorío de Cristo.

No sólo los sacerdotes están llamados a colaborar en el cumplimiento de esta tarea, sino todo el Cuerpo Místico de Cristo y, por lo tanto, también los simples fieles. «Sois vosotros a manera de piedras vivas edificadas encima de él, siendo como una casa espiritual, como un orden de sacerdotes santos, para ofrecer víctimas espirituales que sean agradables a Dios por Jesucristo. ... Vosotros sois el linaje escogido, una clase de sacerdotes, reyes, gente santa, pueblo de conquista, llamados a publicar las grandezas de Aquel que os sacó de las tinieblas a su luz admirable...» (1 Pet 2, 5 y 9 s).

«Que asistas a esos que, con Clemente y los demás coadjutores míos, conmigo han trabajado por el Evangelio» (Phil 4, 3).

#### **504. ¿En qué sacramento se funda la Acción Católica?**

La Acción Católica se funda en la confirmación, que

- 1) habilita,
- 2) autoriza,
- 3) obliga a los cristianos al apostolado.

La confirmación alista a todos los cristianos entre los soldados de Cristo.

La Acción Católica reza, pues, con la totalidad de los fieles. Un poderoso movimiento católico debe recorrer constantemente el mundo, conmoviendo todos sus estratos sociales. Todos los cristianos están obligados a responder a esta llamada, según la medida de sus fuerzas y el puesto que ocupen en la sociedad.

#### **505. ¿Cuál es la finalidad de la Acción Católica?**

La finalidad de la Acción Católica :

- 1) no es política,
- 2) sino religiosa : la salvación de las almas, y
- 3) social : servicio a los hermanos y hermanas en Jesucristo.

#### **506. ¿Qué exige del fiel cristiano la Acción Católica?**

La Acción Católica exige del fiel cristiano :

- 1) no sólo ayuda servicial,
- 2) y no sólo ejecutar los encargos que le den,
- 3) sino también proyectos y deseos autónomos,
- 4) pero en orgánica compenetración con el apostolado general y trabajo de misiones de la Iglesia y
- 5) bajo la dirección de la jerarquía eclesiástica (Papa, obispos, sacerdotes).

**507. ¿Por qué en cosas de Acción Católica está el seglar ligado a la dirección de la jerarquía eclesiástica?**

Porque Cristo así lo ha ordenado :

- 1) ha confiado al Papa el oficio de Sumo Pontífice, de maestro y pastor,
- 2) ha separado del mundo de los legos, en virtud de su unción, a los obispos y sacerdotes, confiándoles la dirección de aquéllos.

Por muy deseada y reclamada que sea la iniciativa e independencia de los simples fieles, no es, sin embargo, ilimitada ; tiene sus fronteras en los mandatos de Cristo.

Patrón de la Acción Católica es San Francisco de Asís. Se entregó sin reservas a la causa de Cristo y a la salvación de las almas, mas con sumisión filial a la jerarquía eclesiástica.

**508. ¿Cómo puede el seglar fomentar la vida religiosa en su parroquia?**

El seglar puede fomentar la vida religiosa en su parroquia :

- 1) demostrando un vivo y operante interés por las necesidades de la parroquia,
- 2) dando a todos buen ejemplo con la puntual y edificante participación en los oficios divinos, con la frecuente recepción de los sacramentos, con la perfecta vida de familia y escrupulosidad en el trabajo profesional,
- 3) prestando gustoso sus servicios cuando para ello es requerido.

Los impedimentos son: el qué dirán, pereza, susceptibilidad por trato desconsiderado, celos, ambición, orgullo.

«A todo aquel que me reconociere delante de los hombres, yo también le reconoceré delante de mi Padre que está en los cielos. Mas, a quien me negare delante de los hombres, yo también le negaré delante de mi Padre que está en los cielos» (Mt 10, 32-33).

**509. ¿Cómo puede ejercitarse la Acción Católica en la sociedad civil?**

1) Participando con sentido cristiano en sus alegrías y calamidades,

2) ayudando con el buen ejemplo a la calma y al orden auténticos,

3) mirando que la dirección de la cosa pública vaya a parar a buenas manos y sea manejada según los principios cristianos,

4) declarándose pronto, según sus fuerzas, a los trabajos y cargos.

**510. ¿Cómo cumple el cristiano su deber para con el Estado y la humanidad?**

1) Soportando las cargas justas con espíritu de fe.

2) procurando que solamente hombres capaces, de reconocidos sentimientos cristianos, alcancen, por medio de elección, la cima del Estado y la representación del pueblo,

3) apoyando la prensa católica,

4) combatiendo con toda energía la inmoralidad de los escritos, pinturas y películas,

5) asegurando la educación católica de los niños y jóvenes.

**511. ¿Cómo se exterioriza la Acción Católica en relación a la Iglesia?**

El seglar se comporta según el espíritu de la Acción Católica en relación a la Iglesia :

1) persuadiéndose profundamente de que Dios ha fundado y guía la Iglesia ;

2) estando íntimamente convencido de que ella puede y quiere hacer felices verdaderamente a todos los pueblos ;

3) confesándose valientemente en todas partes como su fiel hijo ;

4) defendiendo con valor su honor y sus intereses ;

5) contribuyendo, según sus fuerzas, a costa de sacrificios y trabajos, a su prosperidad ;

6) fomentando el apostolado en todas sus formas, en especial el movimiento en pro de los ejercicios espirituales, de las misiones populares, del apostolado de emigrantes, de las misiones entre infieles.

«Hermanos, empecemos por fin a hacer el bien,  
pues hasta ahora poco hemos hecho»

(SAN FRANCISCO DE ASÍS)



# ÍNDICE ALFABÉTICO DE NOMBRES Y MATERIAS

Los números corresponden a las preguntas

- Acción Católica 362, 502-511.  
Adquisición de conocimientos:  
véase *saber*.  
Afectiva, oración 130.  
Afectividad: esencia, importancia, formación 444-451.  
Afectos 119 s; véase *jaculatorias*.  
Agradecimiento 249 ss.  
Agustín, San 99.  
Almas benditas 360.  
Alucinación 443.  
Amabilidad 265.  
Ambición 318 s.  
Amistad: esencia y valor 259-265; falsa 262; en las comunidades religiosas 264.  
Amor: a Dios, esencia de la perfección 3-6; virtud teológica 352-367; amor perfecto 354 s; al prójimo 358-363; a los enemigos 268.  
Amor propio 221 ss.  
Ángel de la Guarda 158.  
Anotación: de los propósitos 122; del examen de conciencia 163; véase *diario*.  
Anselmo, San 189.  
Ansia vana de honores 312 s.  
Apetito sensitivo 217 ss.  
Apostolado seglar 362.  
Aridez: en la oración 94 s; espiritual 95, 343.  
Arrepentimiento: en la confesión 32 s; perfecto 355.  
«Ascesis medieval» como tópico 480.  
Aspirar a la perfección: los religiosos 368 ss, 381 ss; criterio rigorista 385; criterio laxo 386; del cristiano en el mundo 475-481.  
Beber: mortificación en el 199 s; moderación en el 274 s.  
Benedicto xiv 137.  
Bernardo, San 156, 306, 320, 377.  
Blasfemia: pensamientos 437.  
Boda, preparación de la 494.  
Campesinos 471.  
Caridad: véase *amor*.  
Castidad: en general 279; religiosa 415-427; medios para conservarla 422-426.  
Celibato: véase *virginidad*.  
Clausura conventual 425.  
Comer: mortificación en el 199 s; moderación (templanza) en el 274 s.

- Comunión: en general 49-55; diaria 51; espiritual 54 s.
- Conciencia: véase *examen* de, *cuenta* de.
- Confesión: en general 27-39; qué pecados hay obligación de confesar 36; de los pecados veniales 37; de las religiosas 39; general 40-44.
- Confianza en Dios 183 ss, 330.
- Confirmación: fundamento de la Acción Católica 504.
- Conformidad con la voluntad de Dios 364 ss.
- Conocimientos: véase *saber*.
- Consejos evangélicos: en el estado religioso 369, 390 ss; su cumplimiento en el mundo 479.
- Constancia en el bien 332 s.
- Constituciones de las órdenes religiosas: su alcance y observancia 402 ss.
- Contemplación: adquirida, infusa 131.
- Contrariedades 342.
- Cortesía: en general 256; con la familia 498.
- Costumbre, mala 233 ss.
- Crisis en el matrimonio 488.
- Cuenta de conciencia: en general 45 ss; de los religiosos 48.
- Defectos: de otros 269; propios, cuándo ocultarlos 321.
- Desconfianza de sí mismo 181 s.
- Diario espiritual 122, 168 s.
- Diligencia 294 s.
- Direcciones de la afectividad 447 ss.
- Discreción: de espíritus 187; virtud de la 287.
- Distracciones en la oración 89 ss.
- Domingos y días festivos 173 s.
- Druzbiki, S. I. 297.
- Duda: si una acción está permitida 65; si va contra la castidad 416; si es pecado mortal 17; en relación a la fe 24, 348.
- Educación de los niños y jóvenes 499 s.
- Egoísmo 221 ss.
- Ejercicios 177, 432.
- Enemigos, amor a los 268.
- Enfermos, cuidado de los 363.
- Enseñanzas espirituales 1 s.
- Entendimiento: mortificación del 207-212; formación del 431 ss.
- Escrúpulos 31, 449.
- Esperanza: virtud teologal 349 ss; véase *desconfianza*.
- Estado: campo de acción de los seculares, 510.
- Examen de conciencia: para la confesión 31; general 160 ss; particular 164 ss; meditado 126; en el retiro mensual (esquema detallado) 175; anotación de los resultados 163.
- Facultades: cómo tratarlas 322; su formación 428-452.
- Falsedad 257 s.
- Familia: esencia, importancia, obligaciones 495-500.
- Fantasma: mortificación de la 213 s; su educación 439-443.
- Fe: virtud teologal 346 ss; cómo comportarse en las dudas contra ella 24, 348.
- Fey, Clara 142.

Fidelidad en lo pequeño 188 s.  
*Filotea*, de San Francisco de Sales 481.  
Firmeza 336.  
Formación general 456 s.  
Formas superiores de oración en la ascética 129-133.  
Fortaleza: virtud cardinal, sus afines y contrarios 324-345.  
Franciscanos 377.  
Francisco de Asís, San 131, 148, 248, 297, 320, 507, 511.  
Francisco de Sales, San 122, 481.  
Fumar 199.  
Fundamentos de la vida espiritual 1 s.

Gier, S. V. D. 175.  
Gracia santificante 63 s.  
Grados de perfección 7 ss.  
Grignon, San Luis 157.

Herencia, importancia de la 496.  
Hijos 495-500.  
Hipocondría 449.  
Hipocresía 317.  
Histeria 449.  
Hombre (varón): sus cualidades naturales 487; sus peligros 501.  
Honores: véase *ansia*.  
Horario: en general 78 ss, 298 ss; en la familia 498.  
Humildad: esencia y necesidad 301 s; grados 303 ss; medios 307.

Iglesia, lugar de los seglares en la 511.  
Ignacio de Loyola, San 122, 148, 290, 356; su método de meditación 107-122.

Iluminativa, vía 7, 9.  
Ilusión 443.  
Impaciencia 345.  
Impedimentos de la meditación y perfección: v. *obstáculos*.  
Impureza: véase *castidad*.  
Inclinaciones: véase *apetito, pasiones*.  
Inconstancia 334.  
Independencia de los jóvenes 492.  
Ingratitud 251.  
Instrucción espiritual 1 s.  
Intemperancia en el comer y beber 276 ss.  
Intención: recta 67 ss; mala o puramente natural 72.  
Ira 283 ss.  
Isidoro, San 148.

Jaculatorias: en general 69, 138, 145 s; durante la meditación 120.  
Jerónimo, San 58, 333.  
Jóvenes, educación de los 500.  
Juicio: mortificación del propio 209 s; temerario 211 s.  
Justicia: virtud cardinal 240 ss; virtudes afines y sus contrarios 243-270.

Lectura: meditada 123; espiritual 147; medio de formación 437.  
Legos (seglares): su aspiración a la perfección 475-481.  
León XIII 470.  
Leonardo de Porto Maurizio, San 98, 108, 120, 137, 146, 152, 175, 187.  
Licencia (permiso), clases 408 s.  
Liturgia 82, 96, 99.  
Locuacidad 291 ss.  
Magnanimidad 326 s.

Mansedumbre 280 ss.  
Margarita M. Alacoque, Santa 488.  
María, Madre de Dios, devoción a 156 s.  
Matrimonio: esencia y dignidad 483 s; tareas 485; efectos del sacramento 486 s; crisis 488.  
Meditación: en general 103 ss; método de las tres potencias (ignaciano) 107-122; contemplativa 125; lectura meditada 123; oración vocal meditada 124; examen de conciencia 126; obstáculos 127; estímulos 128; oración afectiva y de sencillez 129 ss.  
Melancolía 172.  
Memoria: mortificación 213 s; formación 436 ss.  
Mentira 254 ss.  
Meyer, Isidoro, O. F. M. 162.  
Misa: esencia y valor 150 ss; asistencia a ella 153.  
Misericordia, obras corporales y espirituales de 360.  
Mociones, anotación de las 122.  
Moderación: v. *mortificación*.  
Modestia: véase *humildad* y *recato*.  
Moribundos, administración de sacramentos a los 344, 363.  
Mortificación: en general 190 ss; externa 192 ss; de los ojos 195 s; del oído 197 s; del gusto 199 s; del olfato 199 s; de la lengua 201 s; del tacto 203 s; interna 205 ss; del entendimiento 207 ss; de la memoria y de la fantasía 213 s; de

la voluntad 215 s; del apetito sensitivo 217 ss; del amor propio 221 ss.  
Muerte, preparación a la 175; véase *moribundos*.  
Mujer: sus cualidades naturales 487; sus peligros 501.  
Nadal, Jerónimo, S. I. 290.  
Natalidad 496 s.  
Neudecker, S., O. F. M. 97.  
Noviazgo 489-494.  
Obediencia: en general 270; religiosa 394-405.  
Obras: diarias 56-81; concepto e importancia 56 ss; requisitos para su perfecto cumplimiento 60 ss; comportamiento después 75 ss; buenas, cuándo se pueden hacer en público 320; de misericordia, espirituales y corporales 360; supererogatorias 387.  
Obreros del campo 471.  
Obreros industriales 472 s.  
Obstáculos 19, 127.  
Obstinación 337.  
Oficio divino, meditación de la pasión durante el 98.  
«Oír voces», peligro de engaño 443.  
Oración: en general 82-95; litúrgica 82 ss; «objetiva» y «subjetiva» 82; vocal 96-102; privada 99 s; de la mañana 101; de la noche 102; meditada 104; formas superiores de 129 ss; afectiva 130; de sencillez 131; al dar la hora 144.  
Orgullo 308 ss.

**Paciencia** 338 ss.  
**Padres: obligaciones para con los hijos** 495-500.  
**Parroquia: campo de trabajo del seglar** 508.  
**Pasiones** 217 ss.  
**Pecado: mortal** 11-17 (medios para evitarlo 16, dudas 17); **venial** 18 ss (su confesión 37).  
**Pedro de Alcántara, San** 108.  
**Pereza** 296 ss.  
**Perfección: esencia** 3 ss; en qué no consiste 5; vías 7 ss; medios necesarios 178-189; religiosa 6, 381-387; del cristiano en el mundo 475-511.  
**Pergmayr, S. I.** 19.  
**Personalidad valiosa: su formación** 428-474.  
**Pío XI** 470.  
**Pío XII Prólogo.**  
**Pobreza: en general** 406; monástica 406-414.  
**Preludios antes de la meditación** 111.  
**Presencia de Dios** 140 ss.  
**Principios (axiomas) como medios de formación** 435.  
**Profesión: en general** 465 ss; su elección 467; capacidad profesional 468 s; profesión no grata o inadecuada 470.  
**Prójimo, amor al** 3, 358-363.  
**Propósito: en la confesión** 34 s; en la meditación 121.  
**Prudencia: virtud cardinal** 236 ss; falsa 239.  
**Pudibundez** 423.  
**Pudor** 423.  
**Pureza de corazón: véase castidad.**

**Purgativa, vía** 8.  
**Pusilanimidad** 331.  
**Ramillete espiritual** 122.  
**Rapé** 199.  
**Recato** 423.  
**Recta intención: véase intención.**  
**Reglas y estatutos** 402 ss.  
**Religión, virtud de la** 243 ss.  
**Religiosa: confesión de la** 39; cuenta de conciencia 45 ss.  
**Reloj de la Pasión** 144.  
**Respeto: a los padres y superiores** 246 ss; en la familia 498.  
**Retiro mensual** 175 s.  
**Retraimiento de los religiosos** 425.  
**Revelaciones: véase «oir voces».**  
**Rodríguez, A., S. I.** 166.  
**Rosario** 134 ss.  
**Saber: adquisición de conocimientos** 453-459; cultura general 457; conocimientos religiosos 458; saber vital 459.  
**Salud físicopsíquica: cuidado de la** 429; cuidado excesivo (hipocondría) 449.  
**Santos, devoción a los** 159.  
**Seglares: comportamiento de los religiosos con los** 425; véase *legos, apostolado, Iglesia, parroquia, Estado.*  
**Sencillez, oración de** 131.  
**Sentidos, mortificación de los** 195-204.  
**Silencio: en general (discreción)** 287 s; conventual 289 ss.

- Simplificación de la vida espiritual 480.
- Sinceridad 256.
- Soberbia 308 ss.
- Sociedad: la justicia en la 240 s; la afectividad en la 449 s; véase *Estado*.
- Subconsciencia 436 s.
- Sufrimientos, comportamiento en los 340 s.
- Supererogación, obras de 387.
- Superiores: cómo comportarse con ellos 394 ss; sus obligaciones 404 s.
- Temeridad 328.
- Temperamentos 172, 235.
- Templanza: virtud cardinal 271 ss; virtudes afines y sus contrarios 273-323.
- Tentaciones: en general 21-26; impuras 25, 424.
- Teresa de Jesús, Santa 123, 148, 339.
- Tibieza 383 s.
- Tiempo: valor 299; buen empleo 300.
- Tomás de Kempis (*Imitación de Cristo*) 191, 282, 293, 340, 432.
- Tópicos falsos en relación a la vida espiritual 480.
- Trabajadores 470 ss.
- Trabajo como medio de formación 460 ss.
- Unitiva, vía 10.
- Vanidad 316.
- Veracidad 252 s.
- Vía crucis: valor, indulgencias, escuela de virtud 137 ss.
- Vías de perfección (purgativa, iluminativa, unitiva) 7-10.
- Vicios 233 ss.
- Vida en sociedad 240 s, 449 s.
- Vigilancia sobre sí mismo 186 s.
- Virginidad: en general 427; en el mundo 501.
- Virtud: en general 224 ss; heroica 229 ss; morales 225, 236-345; teológicas 225, 346-367.
- «Visiones» 443.
- Visita al Santísimo Sacramento 154 s.
- Vivencias espantosas: cómo tratarlas 437.
- Vocación religiosa: en general 376 ss; pérdida 380.
- Voluntad: su mortificación 215 s; su formación 434 s.
- Votos: en general 388 s; religiosos 390.
- Wallenstein, Antonio, O. F. M. 499 (nota).
- Weber, F. W. 454.
- Zimmermann, S. I. 97.